



Guía para el profesor

Cocina Española

LSGA1821



Índice

Información general del curso	1
Metodología	2
Evaluación.....	3
Bibliografía.....	5
Tips importantes.....	6
Temario	7
Notas de enseñanza	10
Evidencia.....	20

Información general del curso

Modalidades

- Clave banner: LSGA1821
- Modalidad: presencial

Competencia del curso

Comprende los elementos gastronómicos propios de la cultura española y los integra en propuestas culinarias innovadoras para la satisfacción de las distintas audiencias.





Metodología

Un certificado es un programa académico breve que consta de varios cursos, cuyos contenidos se elaboran con base en experiencias laborales y tiene como objetivo desarrollar competencias específicas en el estudiante, preparándolo para desempeñarse correctamente en un empleo.

Cada certificado está compuesto por tres o cuatro cursos, siendo el último el desarrollo de un proyecto o taller en el que se demuestra el logro de la competencia global establecida.

Un curso se divide en módulos y cada módulo se divide en temas. En los temas se encontrará lo siguiente:

- **Explicación**, que consiste en un conjunto de conceptos teóricos y ejemplos reales de la vida laboral que ayudarán a ampliar el conocimiento.
- **Recursos educativos** conformados por una selección de lecturas y videos disponibles en sitios Web que han sido debidamente curados por expertos y sirven como complemento de las explicaciones.
- **Actividades de aprendizaje**, cuyo propósito es aplicar y experimentar con los conceptos estudiados.
- **Evidencias** que consisten en actividades que engloban las habilidades de todo el curso y cuya función principal es demostrar que se ha alcanzado la competencia general del curso.

Los resultados de cada actividad o evidencia se deben enviar a través de la plataforma educativa y se evaluarán según los criterios o rúbrica que se indique.

Importante

Guarda una copia digital de todos los trabajos, actividades y evidencias que realices en tus cursos, pues estos archivos serán indispensables para poder realizar tu Proyecto Integrador (última materia del certificado). Con ellos formarás un portafolio personal de proyectos que será de mucha utilidad para organizar de manera estratégica el gran volumen de experiencias y aprendizajes obtenidos a lo largo de tu carrera; además, tu portafolio será un medio para enriquecer tu proyección profesional y demostrar todos tus conocimientos y habilidades, lo que permitirá exhibir tus logros ante posibles empleadores.

Asegúrate de respaldar todos tus documentos en un dispositivo de almacenamiento físico, así como en algún servicio de nube (OneDrive, Google Drive, iCloud).



Evaluación

Unidades	Instrumento evaluador	Porcentaje
15	Actividades	56
3	Evidencias	44
<i>Total</i>		<i>100 puntos</i>

Actividad	Ponderación
Actividad 1	4
Actividad 2	4
Actividad 3	4
Actividad 4	4
Actividad 5	4
Avance 1 de evidencia	10
Actividad 6	4
Actividad 7	4
Actividad 8	4
Actividad 9	4

Actividad 10	4
Avance 2 de evidencia	10
Actividad 11	4
Actividad 12	4
Actividad 13	4
Actividad 14	4
Evidencia final	24
Total	100



Bibliografía

Libros de apoyo

- Almodóvar, M. (2022). *Eso no estaba en mi libro de historia de la cocina española*. España: Almuzara. ISBN: 9788418648175
- González, J. (2024). *España cocina su identidad. Cultura gastronómica y representaciones identitarias*. España: Sílex Ediciones. ISBN: 9788419077929
- Gutiérrez, L., y Rodríguez, A. (2018). *GASTRONOMIA ESPAÑOLA: S. XV-XIX: GUÍA BIBLIOGRÁFICA*. España: Biblioteca Nacional de España. Recuperado de https://www.bne.es/es/Micrositios/Guias/gastronomia/resources/pdf/GASTRONOMIA_ESPAXOLA.pdf
- Sánchez-Lafuente, A. (2020). *Innovación en la cocina. HOTR048PO*. España: IC Editorial. ISBN: 978-8491987291
- Villaverde, F. (2023). *La cocina española: Historias, fuentes, protagonistas*. España: Arzalia Ediciones. ISBN: 978-8419018342





Tips importantes

- 1. Integra historia y cultura**

Antes de enseñar sobre los platillos e ingredientes, contextualiza las regiones de España con su historia y cultura. Utiliza mapas, imágenes y videos para ilustrar cómo la geografía y los eventos históricos han influido en la gastronomía.
- 2. Crea experiencias sensoriales**

Lleva a clase ingredientes, especias y productos típicos como jamón ibérico, aceite de oliva, azafrán o vinos. Permite que los alumnos los huelan, toquen y prueben para asociar la teoría con sensaciones reales.
- 3. Incorpora vinos y maridajes**

Dedica sesiones específicas a las regiones vinícolas, enfocándote en sus cepas, técnicas de producción y vinos representativos. Complementa con catas guiadas para enseñar conceptos básicos de maridaje.
- 4. Incluye recursos digitales**

Utiliza plataformas como documentales, podcasts y recursos en línea sobre gastronomía española. Ejemplo: programas de chefs españoles, como Ferran Adrià o José Andrés, que exploren innovación culinaria y tradiciones.
- 5. Fomenta el trabajo en equipo**

Organiza a los estudiantes en equipos para que puedan trabajar en las actividades y evidencias, ya que son prácticas de laboratorio.
- 6. Explora festividades y comidas típicas**

Relaciona los platillos con festividades populares como la Feria de Abril, San Fermín o La Tomatina. Explica cómo las celebraciones locales están vinculadas con la comida y la bebida.
- 7. Enseña técnicas y utensilios tradicionales**

Muestra cómo se utilizan utensilios como la paellera, la cazuela de barro o el mortero en la preparación de platillos tradicionales. Comparte técnicas como el sofrito o el confitado.



Temario

Módulo 1. Región Norte		
Tema 1.	Introducción a la cocina española	
	1.1	Origen, historia y evolución de la cocina española
	1.2	Significado de la bandera de España
	1.3	Aportaciones gastronómicas
	1.4	Regiones de España por zonas
	1.5	Principales ingredientes y técnicas
Tema 2.	Galicia	
	2.1	Ubicación, historia, clima e idiomas
	2.2	Platillos tradicionales de Galicia
	2.3	Vinos de Galicia
Tema 3.	Asturias	
	3.1	Ubicación, historia, clima e idiomas
	3.2	Platillos tradicionales de Asturias
	3.3	Vinos de Asturias
Tema 4.	La Rioja	
	4.1	Ubicación, historia, clima e idiomas
	4.2	Platillos tradicionales de La Rioja
	4.3	Vinos de La Rioja
Tema 5.	Cantabria	
	5.1	Ubicación, historia, clima e idiomas
	5.2	Platillos tradicionales de Cantabria
	5.3	Vinos de Cantabria
Módulo 2. Cocina Levantina		
Tema 6.	País Vasco y Navarra	
	6.1	Ubicación, historia, clima e idiomas del País Vasco
	6.2	Platillos tradicionales del País Vasco
	6.3	Vinos del País Vasco
	6.4	Ubicación, historia, clima e idiomas de Navarra
	6.5	Platillos tradicionales de Navarra
	6.6	Vinos de Navarra
Tema 7.	Aragón	
	7.1	Ubicación, historia, clima e idiomas

	7.2	Platillos tradicionales de Aragón
	7.3	Vinos de Aragón
Tema 8.	Castilla y León	
	8.1	Ubicación, historia, clima e idiomas
	8.2	Platillos tradicionales de Castilla y León
	8.3	Vinos de Castilla León
Tema 9.	Castilla-La Mancha y Extremadura	
	9.1	Ubicación, historia, clima e idiomas de Extremadura
	9.2	Platillos tradicionales de Castilla-La Mancha
	9.3	Vinos de Castilla-La Mancha
	9.4	Ubicación, historia, clima e idiomas de Extremadura
	9.5	Platillos tradicionales de Extremadura
	9.6	Vinos de Extremadura
Tema 10.	Islas Baleares e Islas Canarias	
	10.1	Ubicación, historia, clima e idiomas de Islas Baleares
	10.2	Platillos tradicionales de Islas Baleares
	10.3	Vinos de Islas Baleares
	10.4	Ubicación, historia, clima e idiomas de Islas Canarias
	10.5	Platillos tradicionales de Islas Canarias
	10.6	Vinos de Islas Canarias
Módulo 3. Cocina Andaluza		
Tema 11.	Madrid	
	11.1	Origen, historia, clima e influencias históricas
	11.2	Platillos tradicionales de Madrid
	11.3	Vinos de Madrid
Tema 12.	Murcia y Andalucía	
	12.1	Origen, historia, clima e influencias históricas de Murcia
	12.2	Platillos tradicionales de Murcia
	12.3	Vinos de Murcia
	12.4	Origen, historia, clima e influencias históricas de Andalucía
	12.5	Platillos tradicionales de Andalucía
	12.6	Vinos de Andalucía
Tema 13.	Cataluña	
	13.1	Origen, historia, clima e influencias históricas
	13.2	Platillos tradicionales de Cataluña
	13.3	Vinos de Cataluña
Tema 14.	Valencia	

	14.1	Origen, historia, clima e influencias históricas
	14.2	Platillos tradicionales de Valencia
	14.3	Vinos de Valencia
Tema 15.		Técnicas culinarias contemporáneas
	15.1	Cocina de vanguardia
	15.2	Técnicas vanguardistas
	15.3	Técnicas de conservación



Notas de enseñanza

Tema 1 Introducción a la cocina española

1. Habla de la historia y cultura del país: contextualiza las regiones de España con su historia, cultura y tradiciones.
2. Utiliza mapas, imágenes y videos para ilustrar cómo la geografía y los eventos históricos han influido en la gastronomía española.

Tema 2 Galicia

1. Contextualiza Galicia con su historia y cultura
 - a. Introduce Galicia como una región profundamente ligada al mar y a tradiciones celtas.
 - b. Explica la importancia de la religión en festividades como el Camino de Santiago, que ha impactado tanto su cultura como su cocina.
2. Prácticas de cocina con platos representativos
 - a. Como: pulpo a la gallega (Pulpo á Feira), empanada gallega, tarta de Santiago.
3. Explora las Denominaciones de Origen vinícolas
 - a. Introduce a los estudiantes a las cinco denominaciones de origen (DO) de Galicia, como Rías Baixas (con su célebre Albariño), Ribeiro, y Monterrei.
4. Conecta la gastronomía con la identidad gallega
 - a. Relaciona los platillos y bebidas con tradiciones como la queimada (ritual con aguardiente gallega) y su vínculo con mitos y leyendas celtas.

Tema 3 Asturias

1. Enmarca la gastronomía en la historia y cultura asturiana
 - a. Comienza explicando la historia de Asturias como una región montañosa con fuerte influencia celta y su conexión con el mar Cantábrico.
 - b. Relaciona la gastronomía con tradiciones como la Fiesta de la Sidra Natural o el consumo colectivo en espichas (reuniones tradicionales en sidrerías).
2. Realiza prácticas de laboratorio con platillos emblemáticos
 - a. Como la fabada asturiana, el cachopo y el arroz con leche
3. Explora la producción de sidra
 - a. Introduce a los alumnos a la tradición sidrera, explicando el proceso de elaboración de la sidra natural asturiana y la técnica de escanciado.

4. Fomenta la Investigación
 - a. Pide a los alumnos que investiguen sobre quesos asturianos, como Gamonéu y Afuega'l Pitu.

Tema 4 La Rioja

1. Contextualiza La Rioja con historia y cultura
 - a. Introduce La Rioja como una región con una rica herencia histórica, vinculada a su posición en el Camino de Santiago y su desarrollo vinícola desde la época romana.
2. Prácticas de cocina con platos tradicionales
 - a. Como las patatas a la riojana, chuletas al Sarmiento, pimientos rellenos.
3. Explora la producción vinícola de La Rioja
 - a. Dedicar tiempo a las denominaciones de origen de La Rioja, destacando las zonas (Rioja Alta, Rioja Alavesa, Rioja Oriental) y sus características únicas.
4. Festividades
 - a. Relaciona la gastronomía con festividades locales y tradiciones de La Rioja, como la Fiesta de la Vendimia o la Batalla del Vino en Haro.

Tema 5 Cantabria

1. Contextualiza Cantabria con historia y cultura
 - a. Introduce Cantabria como una región con fuerte conexión con el mar Cantábrico y una tradición ganadera en sus valles. Explica su rica herencia prehistórica, reflejada en las Cuevas de Altamira, y cómo estas influencias han moldeado su gastronomía.
2. Prácticas de cocina con platos tradicionales
 - a. Como el cocido montañés, sobaos pasiegos y quesada pasiega, marmitako de bonito.
3. Productos típicos y la industria vinícola local
 - a. Dedicar tiempo a hablar de los productos más destacados de Cantabria, como el queso de Tresviso, las anchoas de Santoña, y la carne de vaca tudanca. Lleva ejemplos de estos productos a clase para que los estudiantes los prueben.
 - b. Aunque Cantabria no es una región vinícola prominente, menciona los esfuerzos locales por producir vinos y contrasta su tradición vinícola con regiones vecinas como La Rioja.

Tema 6 País Vasco y Navarra

1. Introduce la historia y cultura del País Vasco
 - a. Contextualiza al País Vasco como una región con identidad única, lengua propia (euskera) y fuerte arraigo en sus tradiciones. Explica cómo su historia pesquera y agrícola ha moldeado una gastronomía que equilibra ingredientes del mar y la montaña.
 - b. Relaciona la gastronomía con festividades como la Semana Grande de Bilbao o las competiciones de pintxos.
2. Prácticas de cocina con platos representativos
 - a. Como el bacalao a la vizcaína, bacalao al pil-pil, marmitako, txangurro a la donostiarra, pintxos tradicionales, goxua.
3. Explora las regiones vinícolas y bebidas típicas
 - a. Introduce las principales bebidas y regiones vinícolas del País Vasco, como:
 - i. Txakoli: Un vino blanco fresco y ligeramente espumoso producido en Guipúzcoa y Álava, ideal para maridar con mariscos y pintxos.
 - ii. Rioja Alavesa: Explica la influencia de esta subregión de La Rioja en los vinos tintos, destacando las cepas Tempranillo y Garnacha.
 - iii. Sidra Vasca: Organiza una degustación y explica la tradición del "txotx", donde se sirve directamente de la barrica en las sidrerías.
4. Utiliza recursos multimedia y experiencias virtuales
 - a. Proyecta documentales sobre la tradición culinaria del País Vasco, destacando a chefs de renombre mundial como Juan Mari Arzak, Martín Berasategui y la innovación de la Nueva Cocina Vasca.
 - b. Comparte videos de mercados como el Mercado de la Ribera en Bilbao y la pesca de productos icónicos como anchoas o merluza.
5. Contextualiza la historia y cultura de Navarra
 - a. Explica cómo la región de Navarra, con su herencia del Reino de Navarra y su ubicación estratégica entre los Pirineos y la Ribera del Ebro, ha influido en su gastronomía.
 - b. Relaciona la riqueza de sus productos agrícolas con su historia agrícola y ganadera, y cómo festividades como los Sanfermines (Pamplona) también celebran la comida y el vino.
6. Prácticas de cocina con platos representativos
 - a. Como los pimientos del piquillo rellenos, menestra de verduras, cordero al chilindrón, trucha a la navarra, cuajada.
7. Explora las regiones vinícolas de Navarra
 - a. Introduce la Denominación de Origen Navarra, famosa por sus vinos rosados, tintos y blancos. Explica cómo su clima y geografía favorecen variedades de uvas como garnacha, tempranillo y chardonnay.
 - b. Organiza catas de vinos navarros, enfocándote en su maridaje con platos típicos, como:

- i. Vinos rosados con la menestra de verduras o pimientos rellenos.
 - ii. Tintos jóvenes con cordero al chilindrón.
- 8. Utiliza recursos multimedia y materiales visuales
 - a. Proyecta documentales o videos que muestren la recolección de productos icónicos como los espárragos blancos de Navarra o los pimientos del piquillo.
 - b. Comparte imágenes de festividades y mercados locales como el Mercado del Ensanche en Pamplona, donde se exhiben productos frescos de la región.
 - c. Realiza una sesión sobre la influencia del Camino de Santiago en la gastronomía navarra, mostrando cómo esta ruta trajo intercambio cultural y de ingredientes.

Tema 7 Aragón

1. Introduce Aragón desde su contexto histórico y cultural
 - a. Explica cómo la historia de Aragón, desde su pasado musulmán hasta su influencia medieval, ha dado forma a su cultura y gastronomía.
 - b. Relaciona platos tradicionales con festividades locales como la Semana Santa de Zaragoza o la Fiesta del Pilar.
2. Prácticas de cocina con recetas emblemáticas
 - a. Como el pollo al chilindrón, ternasco de Aragón, migas aragonesas, melocotón con vino de carriñena.
3. Explora las denominaciones de origen vinícolas de Aragón
 - a. Introduce a los estudiantes a las cuatro denominaciones de origen de Aragón: Cariñena, Campo de Borja, Somontano y Calatayud.
4. Festividades
 - a. Comparte fotos y videos de festividades gastronómicas, como las ferias del vino o el Festival de la Trufa en Teruel.

Tema 8 Castilla y León

1. Contextualiza Castilla y León con su historia y cultura
 - a. Introduce la región como cuna de la historia de España, resaltando su importancia en la Reconquista y como lugar de origen de productos con denominaciones de origen (DOP).
 - b. Relaciona la cocina con eventos históricos como las cortes de León y tradiciones culturales como la Semana Santa en Zamora o los festivales de cosecha.
2. Prácticas de cocina con recetas emblemáticas
 - a. Como el cochinillo asado (Segovia), sopa castellana, lechazo asado (Burgos), hornazo de Salamanca, yemas de Santa Teresa.
3. Explora las denominaciones de origen vinícolas.

- a. Dedicar tiempo a las principales DOP de Castilla y León, como Ribera del Duero, Rueda, Toro, y Bierzo.
- b. Realizar catas guiadas para explicar cepas características como tempranillo, verdejo y mencía.
- c. Relacionar los vinos con los platos preparados en clase, enseñando maridajes ideales.
- d. Complementar las clases con documentales o videos que exploren bodegas emblemáticas, campos de cultivo y mercados tradicionales en Castilla y León.

Tema 9 Castilla-La Mancha y Extremadura

1. Introduce la historia y cultura de Castilla-La Mancha
 - a. Comienza contextualizando la región como la tierra de Don Quijote, explicando cómo su ubicación central y su historia han influido en su gastronomía.
 - b. Relaciona la cocina con tradiciones como las vendimias, las fiestas de la matanza y la elaboración de queso manchego.
2. Prácticas de cocina con platos típicos
 - a. Como gachas manchegas, pisto manchego, carcamusas, Miguelitos de La Roda, queso manchego.
3. Explora las denominaciones de origen vinícolas
 - a. Introduce a los estudiantes a la denominación de origen La Mancha, destacando su importancia como una de las zonas vinícolas más grandes de España.
 - b. Realiza una cata de vinos de uvas como airén, tempranillo y garnacha.
4. Utiliza recursos digitales y materiales visuales
 - a. Proyecta documentales y videos que muestren procesos como la elaboración del queso manchego o la vendimia en los viñedos de La Mancha.
 - b. Usa imágenes de las lagunas de Ruidera, los molinos de viento y las vastas llanuras manchegas para contextualizar los ingredientes y la cultura de la región.
5. Introduce Extremadura a través de su historia y cultura
 - a. Contextualiza la región como cuna de conquistadores y su legado agrícola y ganadero. Explica cómo su aislamiento histórico ha preservado tradiciones culinarias únicas.
 - b. Utiliza mapas para destacar la riqueza natural de Extremadura, desde la Dehesa hasta el Valle del Jerte, y cómo influye en la producción de sus ingredientes principales, como el cerdo ibérico y las cerezas.
 - c. Relaciona la gastronomía con festividades locales, como la Fiesta de la Cereza o la Semana Santa de Cáceres.
6. Prácticas de cocina con platos típicos
 - a. Como las migas extremeñas, caldereta de cordero, torta del Casar, pimentón de la Vera, cerezas del Jerte.
7. Explora los vinos de Extremadura y su maridaje
 - a. Introduce a los estudiantes a la Denominación de Origen Ribera del Guadiana, destacando sus variedades de uva como tempranillo, garnacha y cayetana blanca.

- b. Realiza una cata guiada de vinos locales, explicando sus características y cómo combinarlos con los platos típicos de la región, como un vino tinto con caldereta de cordero o un blanco con torta del Casar.
8. Utiliza recursos digitales y experiencias visuales
- a. Proyecta documentales que exploren la Dehesa extremeña y su importancia en la producción de jamón ibérico de bellota.
 - b. Complementa las clases con imágenes y videos de paisajes emblemáticos, como el Parque Nacional de Monfragüe, para conectar los ingredientes con su origen.

Tema 10 Islas Baleares e Islas Canarias

1. Contextualiza la historia y cultura de las Islas Canarias
 - a. Introduce las Islas Canarias como un cruce de caminos entre Europa, África y América, destacando su influencia multicultural en la gastronomía.
 - b. Explica cómo su geografía volcánica y clima subtropical han creado un entorno único para el cultivo de productos como plátanos, papas y vinos.
 - c. Relaciona los platos tradicionales con eventos históricos, como la llegada de productos americanos (papas, maíz) y su impacto en la cocina local.
2. Prácticas de cocina con platos representativos
 - a. Como las papas arrugadas con mojo, ropa vieja canaria, sancocho canario, bienmesabe, gofio escaldado.
3. Explora la producción vinícola de las Islas Canarias
 - a. Introduce las denominaciones de origen de las Islas, como D.O. La Palma, D.O. Lanzarote, y D.O. Valle de la Orotava, explicando cómo el suelo volcánico influye en la calidad de los vinos.
 - b. Enseña a maridar los vinos canarios con platos tradicionales, como un vino dulce de Malvasía con bienmesabe o un vino blanco con papas arrugadas.
4. Utiliza recursos multimedia y experiencias visuales
 - a. Proyecta documentales sobre la viticultura en suelos volcánicos, mostrando cómo se cultivan las vides en Lanzarote en zocos protegidos del viento.
 - b. Incluye visitas virtuales a bodegas canarias y mercados locales como el Mercado Nuestra Señora de África en Tenerife para explorar los productos autóctonos.
 - c. Complementa con imágenes y videos de festividades como el Carnaval de Santa Cruz de Tenerife, destacando el papel de la comida en las celebraciones.
5. Contextualiza la historia y cultura de las Islas Baleares
 - a. Introduce las Islas Baleares como un enclave mediterráneo con influencias fenicias, romanas, musulmanas y catalanas, explicando cómo estas civilizaciones han moldeado su gastronomía.
 - b. Usa mapas y recursos visuales para mostrar las principales islas (Mallorca, Menorca, Ibiza y Formentera) y cómo su ubicación marítima ha definido su dieta basada en pescados, mariscos y productos agrícolas.

- c. Relaciona los platos tradicionales con las festividades locales, como las Festes de Sant Joan en Menorca o la Fira de la Sobrasada en Mallorca.
- 6. Prácticas de cocina con platos típicos
 - a. Como la ensaimada mallorquina, caldereta de langosta (Menorca), sobrasada, coca de trampó, flaó ibicenco.
- 7. Explora la producción vinícola de las Islas Baleares
 - a. Introduce a los estudiantes a las denominaciones de origen como D.O. Binissalem y D.O. Pla i Llevant, destacando la importancia de las variedades autóctonas como Mantonegro y Callet.
 - b. Relaciona los vinos baleares con los platos tradicionales, como un blanco seco con la caldereta de langosta o un tinto joven con la coca de trampó.
- 8. Utiliza recursos multimedia y experiencias virtuales
 - a. Proyecta documentales y videos sobre la vida en las islas, mostrando mercados locales como el Mercado del Olivar en Palma de Mallorca o las técnicas artesanales de elaboración de sobrasada.
 - b. Complementa con imágenes y videos de los paisajes naturales, como la Serra de Tramuntana, para ilustrar cómo influye el entorno en la gastronomía local.

Tema 11 Madrid

- 1. Contextualiza la historia y cultura de Madrid
 - a. Introduce a los estudiantes al papel de Madrid como capital de España, destacando su influencia multicultural y su rol como centro político y social desde el siglo XVI.
 - b. Explica cómo la gastronomía madrileña mezcla tradiciones locales con influencias de otras regiones debido a la migración interna.
 - c. Relaciona los platillos típicos con eventos históricos y sociales, como el impacto de los mercados tradicionales (Mercado de San Miguel) y las tabernas madrileñas.
- 2. Prácticas de cocina con platos icónicos
 - a. Como el cocido madrileño, callos a la madrileña, rosquillas de San Isidro, bocadillo de calamares.
- 3. Explora la producción vinícola de Madrid
 - a. Introduce la denominación de origen vinos de Madrid, que incluye subzonas como Arganda, Navalcarnero y San Martín de Valdeiglesias.
 - b. Realiza catas guiadas para explicar las características de cepas como tempranillo, malvar garnacha.
- 4. Utiliza recursos digitales y experiencias virtuales
 - a. Proyecta documentales y videos que muestren los mercados y tabernas más emblemáticas de Madrid, como el Mercado de San Antón o el Mercado de San Miguel.
 - b. Comparte imágenes y videos de festividades como San Isidro, mostrando cómo la gastronomía es parte integral de la celebración.

Tema 12 Murcia y Andalucía

1. Introduce Andalucía a través de su historia y cultura
 - a. Explica cómo Andalucía ha sido un crisol de culturas, desde la influencia árabe en Al-Ándalus hasta su conexión con América durante la colonización. Destaca cómo esto ha dado forma a su gastronomía.
 - b. Conecta los platillos típicos con eventos históricos, como la influencia árabe en el uso de especias, almendras y miel.
2. Prácticas de cocina con platos emblemáticos
 - a. Como el gazpacho y salmorejo, pescaito frito, rabo de toro, tortillitas de camarones, alfajores o pestiños.
3. Explora la producción vinícola de Andalucía
 - a. Introduce las principales denominaciones de origen (DO) andaluzas, como Jerez-Xérès-Sherry, Montilla-Moriles y Málaga-Sierras de Málaga.
 - b. Organiza una cata de vinos típicos como el fino, amontillado, oloroso y Pedro Ximénez, explicando sus características y procesos de elaboración.
4. Utiliza recursos multimedia y experiencias virtuales
 - a. Proyecta documentales y videos sobre la cultura del vino en Jerez y la tradición del flamenco, mostrando cómo la gastronomía y las expresiones culturales están interrelacionadas.
 - b. Organiza visitas virtuales a bodegas emblemáticas, como las de Jerez, y a mercados como el Mercado Central de Atarazanas en Málaga.
 - c. Comparte imágenes y videos de eventos como la Feria de Abril en Sevilla o la Semana Santa, resaltando el papel de la comida en estas festividades.
5. Contextualiza Murcia con su historia y cultura
 - a. Introduce a Murcia como "La Huerta de Europa", destacando su importancia histórica como proveedor agrícola y su rica tradición mediterránea.
 - b. Explica cómo la influencia árabe ha dejado una huella importante en la cocina murciana, especialmente en el uso de especias, arroz y frutos secos.
6. Prácticas de cocina con platos típicos
 - a. Como el caldero del Mar Menor, zarangollo murciano, paparajotes, michirones, arroz con conejo y caracoles.
7. Explora la producción vinícola de Murcia
 - a. Introduce a los estudiantes a las tres denominaciones de origen de la región: Jumilla, Yecla y Bullas.
 - b. Realiza una cata de vinos, destacando cepas locales como monastrell, y explica sus características únicas.
8. Utiliza recursos multimedia y materiales visuales

- a. Organiza visitas virtuales a bodegas en Jumilla o Bullas para enseñar sobre la producción vinícola local.
- b. Comparte imágenes de festividades como el Bando de la Huerta en Murcia, destacando cómo la gastronomía es parte central de las celebraciones.

Tema 13 Cataluña

1. Contextualiza la cocina catalana con historia y cultura
 - a. Inicia con una introducción sobre la historia de Cataluña y su influencia mediterránea.
 - b. Comenta festivales como La Mercè y La Calçotada, relacionados con la comida.
2. Prácticas de laboratorio con platos representativos
 - a. Como la escalivada, el fricandó y la crema catalana.
3. Explora la riqueza vinícola de Cataluña
 - a. Introduce a los estudiantes a las denominaciones de origen (DO) catalanas, como Penedès, Priorat y Cava.
4. Utiliza recursos digitales y bibliográficos
 - a. Comparte documentales como los de Ferran Adrià o los de Albert Adrià, que destacan la innovación culinaria en Cataluña.
 - b. Organiza discusiones sobre cómo la cocina catalana combina tradición e innovación, con ejemplos de la influencia del movimiento gastronómico de El Bulli.

Tema 14 Valencia

1. Introduce la historia y cultura de valencia
 - Desde su herencia árabe hasta la influencia mediterránea.
 - Relaciona la paella con su origen en las áreas rurales de Valencia y la importancia del arroz en la economía local.
2. Realiza prácticas con recetas icónicas
 - Como la paella valenciana y el fideuà.
3. Explora la producción vinícola de Valencia
 - Introduce las denominaciones de origen protegidas (DOP) de Valencia, como Utiel-Requena y Valencia.
4. Incorpora festividades locales
 - Relaciona los platillos con festividades como Las Fallas y explica la tradición de cocinar paellas gigantes durante las celebraciones.

Tema 15 Técnicas culinarias contemporáneas

1. Introduce la historia y contexto de la cocina de vanguardia española
 - a. Comienza explicando la evolución de la cocina española, desde las raíces tradicionales hasta la explosión de la nueva cocina española en la década de los 80, liderada por chefs como Juan Mari Arzak y Pedro Subijana.
 - b. Relaciona el auge de la cocina de vanguardia con la innovación de Ferran Adrià en El Bulli, que introdujo técnicas moleculares, y con el impacto global de otros chefs como Andoni Luis Aduriz y Dani García.
 - c. Utiliza videos, documentales y cronologías visuales para mostrar cómo la cocina contemporánea española transformó la gastronomía mundial.
2. Prácticas de cocina con técnicas de vanguardia
 - a. Como:
 - i. Esferificación: Inspirada en El Bulli, permite crear "caviar" de diferentes sabores.
 - ii. Espumas y aires: Usando sifones para crear texturas ligeras y etéreas.
 - iii. Cocción al vacío (*sous-vide*): Enseña cómo lograr precisión en la temperatura y texturas únicas.
 - iv. Deconstrucción: Trabaja en reinterpretar platos tradicionales en formas innovadoras.
 - v. Liofilización y crio-cocina: Explica el uso del nitrógeno líquido y técnicas de congelación para cambiar texturas y sensaciones.
3. Explora el legado de los chefs representativos
 - a. Habla de los chefs que han marcado tendencia en la cocina de vanguardia española:
 - i. Ferran Adrià: Innovaciones técnicas y filosóficas en El Bulli.
 - ii. José Andrés: Su papel como embajador de la cocina española en el mundo.
 - iii. Andoni Luis Aduriz: Experimentación en Mugaritz, con énfasis en creatividad y narrativa culinaria.
 - iv. Quique Dacosta y Eneko Atxa: Uso de ingredientes locales y sostenibilidad.
4. Utiliza recursos multimedia y materiales especializados
 - a. Proyecta documentales como "*Cooking in Progress*" sobre El Bulli o "*Chef's Table*" para mostrar procesos creativos detrás de la cocina de vanguardia.
 - b. Introduce a los estudiantes en el uso de herramientas y equipos especializados, como sifones, máquinas de vacío, termocirculadores y nitrógeno líquido, explicando su uso correcto y medidas de seguridad.



Evidencia

Avance de Evidencia 1

Descripción:

El alumno conocerá la gastronomía española mediante la creación y preparación de un menú representativo.

Instrucciones:

1. Reúnanse en equipos. Recuerden que su equipo será el mismo para todo el curso.
2. Imaginen que establecerán un restaurante de comida española.
3. Investiguen más sobre las diferentes regiones del país y sus platillos típicos.
4. Diseñen un menú semanal de acuerdo con los siguientes puntos:
 - a. Uso de ingredientes típicos de las regiones de España.
 - b. Entrada, plato fuerte, postre y bebida por cada día de la semana.
 - c. Recuerden incluir maridaje con vinos de la región.
 - d. Procedimiento, ingredientes y técnicas culinarias a utilizar.
 - e. Costeo de cada uno de los platillos incluidos en el menú.
 - f. Lugares en donde se pueden conseguir los ingredientes típicos que sean poco comunes en la cultura gastronómica de tu región.

Avance de Evidencia 2

Descripción:

El alumno conocerá la gastronomía española mediante la creación y preparación de un menú representativo.

Instrucciones:

1. Antes de continuar con su evidencia, revisen en equipo la retroalimentación del docente para realizar las áreas de mejora en su menú.
2. Preparen un plan de acción en el que se plasmen los siguientes puntos:
 - a. Tiempos que se destinarán a las compras de los ingredientes para la producción de los alimentos.
 - b. Tiempos del *mise en place* diario para la elaboración de los platillos.
 - c. Tiempos de la elaboración de los platillos.
 - d. Costeo de cada menú diario para tener el total del costo por día de cada menú.

Avance de Evidencia 3

Descripción:

El alumno conocerá la gastronomía española mediante la creación y preparación de un menú representativo.

Instrucciones:

1. Antes de continuar con su evidencia, revisen en equipo la retroalimentación del docente para realizar las áreas de mejora en los tiempos y costes del menú.
2. Ejecuten un día el menú (entrada, plato fuerte, postre y bebida) a cinco personas y presten atención en los siguientes puntos:
 - a. Aseguren que se tengan todos los ingredientes necesarios para realizar el mise en place para cada uno de los platillos.
 - b. Respeten el coste de las recetas para cuidar el costo y las porciones de cada uno de los platillos.
 - c. Documenten a través de fotografías o video el proceso de producción de los platillos, así como la degustación de los platillos.
 - d. Diseñen tarjetas para los comensales a fin de que externen sus comentarios sobre los platillos que han probado.
 - e. Realicen un documento que sirva para informar a los comensales sobre los beneficios que aportan los platillos de la cocina española a la salud de las personas que los consumen.
 - f. Diseñen tarjetas en donde se informe a los comensales sobre qué ingredientes se utilizaron en cada platillo. Nota: Esto con el fin de prevenir algún tipo de alergias o consecuencias secundarias.
3. Elaboren un documento con la recopilación de todos los datos realizados que incluya lo siguiente:
 - a. El diseño del menú semanal con sus costos.
 - b. El plan de acción.
 - c. Los platillos incluidos en el menú que se preparó a los comensales.
 - d. Fotografías de la ejecución.
 - e. Los comentarios de los comensales de cada uno de los platillos.
 - f. ¿Cuál fue el platillo que más gustó? ¿Cuál fue el platillo que menos gustó?
 - g. Menciona los comentarios sobre la facilidad o dificultad para conseguir los ingredientes para preparar los alimentos.
 - h. Incluye las conclusiones de las actividades realizadas durante la ejecución de la actividad.

