

Lillie McDonald
Capsula Cultural
Las Empanadas

Propósito: Enseñar a los estudiantes un poco de la cultura de sudamérica por medio de la cocina. La empanada es una parte de la dieta diaria de muchos países en suramérica. Países como Chile, Argentina, Paraguay, y Uruguay. Los estudiantes van a aprender el vocabulario de la cocina y cocinarán las empanadas en la casa con sus familias o con sus compañeros de clase. Habrá una lista de vocabulario para estudiar o tener para que puedan leer la receta y cocinar las empanadas fácilmente.

Objetivo: Aprender nuevas palabras mientras que están teniendo una experiencia cultural de los países como Chile, Paraguay, Argentina, Uruguay, etc. Los estudiantes tendrán ánimo para compartir lo que han aprendido con sus familias y amigos.

Evaluación: Cocinarán las empanadas en la casa con otros alumnos. También van a comer las empanadas en la clase. Depende en el tiempo, es posible preparar las empanadas con los estudiantes si ciertas cosas están hechas antes de venir a la clase.

Empanadas de Carne

Para unas 30 empanadas +/-

Ingredientes

Relleno

12 tapas

4 lbs (2kg) de carne molida sin grasa.

2 cebollas grandes.

1 morrón rojo "grande" sin piel.

1 morrón verde "chico" sin piel.

6 dientes de ajo.

¼ taza de aceite de oliva.

½ taza de pasas de uvas blancas sin semillas.

½ taza de aceitunas verdes picaditas (chiquitas).

½ taza de puré de tomate.

2 cucharadas de perejil

1 cucharadita de polvo de ajo.

¼ cucharadita de comino.

1 cucharadita de aji picante molido.

½ cucharadita de paprika

¼ cucharadita de pimienta negra molida.

½ cucharadita de pimienta roja.

\1/4 cucharadita de chile en polvo.

Sal a gusto (ojo las aceitunas son saladitas).

2 huevos enteros ligeramente batidos.

6 huevos duros.

Preparación:

1. Colocar en una cacerola el aceite y las cebollas, rehogar en fuego moderado durante 5 minutos. Agregar el aji morrón y el puré de tomate y las otras especias. Mezclar y dejar cocinar a fuego fuerte por 5 minutos. Incorporar las aceitunas y condimentar. Dejar enfriar 2 horas antes de utilizar.
2. Precalentar el horno en temperatura (200 degrees C), durante 10 minutos. Colocar en cada disco de empanada 1 cucharada de relleno. Cerrar presionando los bordes y realizar el repulgo.
3. Colocar las empanadas en una placa levemente aceitada, pintar con huevo batido. Bajar la temperatura del horno a moderado (180 degrees C), colocar la placa y cocinar 15 a 20 minutos aproximadamente. Deben quedar bien doraditas.
- 4. ¡Compartir con todos!**

Vocabulario: ¡Las Empanadas!

El Ajo- garlic

La Cebolla- onion

Taza- cup

La harina- flour

La carne molida- ground beef

El Orégano-oregano

El huevo- egg

El aceite- oil

Al horno-in the oven

El tomate- tomato

La aceituna (verde)- olive (green)

La receta- recipe

Mezlar- Mix

Cucharadita- teaspoon

Aji picante- chile pepper

Sal- salt

Pimienta-pepper

Morrón- bell pepper

Grasa- fat

Cucharada- tablespoon

Comino- cumin

Batidos- whipped

A gusto- to taste, as you like it

Relleno- full

Cacerola- pan, saucepan

Colocar- place or put

Las Especias- spices