



AUTORA: Laura Romero Chust  
Asesora técnica de la Consejería de Educación  
en el Reino Unido e Irlanda

NIPO: 660 09 013 1



## Cocina tradicional

Por lo variado y sabroso de sus ingredientes, es la reina de la gastronomía española.

### TEXTO

**A**  
Esta sopa fría de origen andaluz está hecha con diferentes verduras. La más abundante es el tomate, de ahí su color rojo. Sana y sabrosa. Se suele comer en verano.

**B**  
Este plato típico de la capital de España es muy completo porque lleva carne, legumbres y verdura. Constituye una comida de tres platos. En primer lugar se sirve el caldo de cocer los ingredientes. Luego se sirven las verduras y los garbanzos. Finalmente hay que hacer un hueco para el momento culminante: una gran cantidad de embutidos y carne. Es un plato que está asociado a la vida hogareña y que se come en familia, principalmente los domingos.

**C**  
Este clásico de la cocina española se prepara con huevos batidos y patatas previamente fritas. A veces lleva cebolla, lo que lo hace más



jugoso. Es muy popular en la comida diaria y también como ración en los bares. Y en las meriendas en el campo no tiene rival.

**D**  
Esta crema dulce y suave está hecha a base de huevos y leche. Lo mejor es la costra de azúcar tostada que la cubre. Según la tradición, se come el día

del padre, el 19 de marzo.

**E**  
Es la reina de la gastronomía española por lo variado y sabroso de sus ingredientes: pescado, pollo, verduras, marisco y arroz. La receta tradicional lleva caracoles y conejo. Aunque es originaria de Valencia, se come en toda España. Comerla es todo un acontecimiento social: se cocina para celebrar fiestas, para las excursiones al campo y, sobre todo, para comer en la playa, después de nadar y tomar el sol.

**ACTIVIDADES PARA ANTES DE LEER EL TEXTO**

1. Estos son los ingredientes de la paella: *arroz, mejillones, judías verdes, calamares, alcachofas, gambas, guisantes, pollo, almejas, pimienta roja, azafrán*. Clasifícalos según sean:

verduras	mariscos	carne	cereales	especias

2. ¿La has probado alguna vez? ¿Cuándo y dónde? ¿Te ha gustado? Si no la has probado, mira la foto, ¿crees que te gustaría?

---



---



---

3. ¿Conoces algún otro plato típico de la cocina española?

---



---



---

**ACTIVIDADES PARA DESPUÉS DE LEER EL TEXTO**

1. En el siguiente texto se describen algunos de los platos típicos españoles. Al acabar, escribe el nombre de los platos en los recuadros correspondientes. Las imágenes te ayudarán a reconocerlos.

				
crema catalana	gazpacho	tortilla de patata	cocido madrileño	paella

**2. ¿Puedes relacionar los platos con los lugares de donde proceden y con la situación o temporada en que se toman?**

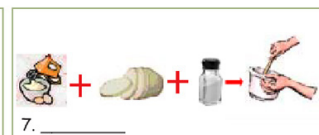
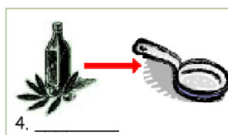
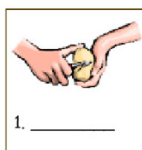
PLATO	DÓNDE	CUÁNDO
2.1. paella	Cataluña	en casa los domingos
2.2. cocido	Andalucía	en una celebración familiar
2.3. gazpacho	Toda España	en julio y agosto
2.4. tortilla	Valencia	en la playa
2.5. crema catalana	Madrid	de tapa/ en una excursión

**3. Contesta las siguientes preguntas:**

- 3.1. ¿Qué plato está hecho sólo a base de verduras?
- 3.2. ¿Qué plato se considera el más representativo de la cocina española?
- 3.3. ¿Qué se suelen llevar los españoles en las excursiones al campo?
- 3.4. Menciona un plato que sea líquido.
- 3.5. ¿Qué plato te parece más sano? ¿Por qué?
- 3.6. ¿Qué plato está compuesto por una sopa, verduras y carne?
- 3.7. Uno de ellos es un postre, ¿Cuál?

**4. La tortilla de patatas es fácil de hacer. Aquí tienes la receta clásica. ¿Puedes poner los pasos en orden? Escribe bajo las ilustraciones la letra correspondiente:**

- a) Cuando el aceite empieza a hervir se añaden las patatas y se frien.
- b) Se cortan.
- c) Después de 2 minutos se le da la vuelta a la tortilla.
- d) Se pelan las patatas.
- e) Finalmente se echa la mezcla de patatas y huevos en la sartén, y se fríe.
- f) Se echa el aceite de oliva a la sartén.
- g) Se lavan.
- h) Mientras tanto, se batan los huevos.
- i) Cuando las patatas están listas, se mezclan con los huevos batidos y la sal.



De los dibujos: © Acti España, 9. Consejería de Educación en el Reino Unido e Irlanda. Actividad Sandra Romero López.

**5. Escribe tu receta favorita. Haz una lista de los ingredientes. Acuérdate de utilizar la forma: se echa/n, se lava/n...**

---



---



---



---



---



---

## SOLUCIONES

### Soluciones para las actividades de antes de leer el texto:

- Verduras:** judías verdes, alcachofas, pimiento rojo, guisantes  
**Mariscos:** mejillones, calamares, gambas, almejas  
**Carne:** pollo  
**Legumbres:** arroz  
**Especias:** azafrán
- Propuesta de contestación:  
Sí que la he probado. En Valencia, en la playa de la Malvarrosa, en uno de los restaurantes que hay allí. Está muy buena, pero prefiero las de casa; no me gustan los agobios de los restaurantes.
- Propuesta de contestación.  
La marmita, la calçotada, el pisto, el salmorejo, el bacalao al pil pil...

### Soluciones para las actividades de después de leer el texto:

- Por el orden en que aparecen en el texto  
gazpacho, cocido, tortilla, crema catalana y paella.
- 2.1. paella: Valencia, en la playa
  - 2.2. cocido: Madrid, en casa los domingos
  - 2.3. gazpacho: Andalucía, en julio y agosto
  - 2.4. tortilla: en toda España, de tapa/ de excursión
  - 2.5. crema catalana: Cataluña, en una celebración familiar
- 3.1. ¿Qué plato está hecho sólo a base de verduras?
  - 3.2. ¿Qué plato se considera el más representativo de la cocina española?
  - 3.3. ¿Qué se suelen llevar los españoles en las excursiones al campo?
  - 3.4. Menciona un plato que sea líquido.
  - 3.5. ¿Qué plato te parece más sano? ¿Por qué?
  - 3.6. ¿Qué plato está compuesto por una sopa, verduras y carne?
  - 3.7. Uno de ellos es un postre, ¿Cuál?
- Por orden, y de izquierda a derecha, serían:**  
Se pelan las patatas.  
Se lavan  
Se cortan  
Se echa el aceite de oliva a la sartén.  
Cuando el aceite empieza a hervir se añaden las patatas y se fríen.  
Mientras tanto, se batan los huevos.  
Cuando las patatas están listas, se mezclan con los huevos batidos y la sal.  
Finalmente se echa la mezcla de patatas y huevos en la sartén, y se fríe.  
Después de 2 minutos se le da la vuelta a la tortilla.
- Propuesta de contestación:**  
Salmorejo:  
Se lava y se pela medio kg. tomates y medio pimiento. Se echa en una escudilla con un 200 gr. de kg. de pan y se bate todo, añadiéndole aceite de oliva. Cuando la mezcla está ligada se sirve en una escudilla. Para adornar se pone un poco de huevo rallado y unas tiras de jamón.