



## REQUISITOS:

- 1 Explicar la diferencia entre el valor alimenticio de la harina integral y la harina blanca.
- 2 Describir los efectos de la levadura en la confección del pan.
- 3 Decir en el Antiguo y Nuevo Testamento un incidente en el que la levadura es mencionada.
- 4 Preparar pan de granos enteros (puede ser de trigo, centeno, avena, etc.).
- 5 Preparar dos de los siguientes:
  - a. Galletas de levadura
  - b. Panes sin levadura
  - c. Palitos de pan
  - d. Panecillos
  - e. Pan de vegetales
- 6 Explicar por qué el uso de polvo de hornear y la soda se debe evitar y por qué la mezcla de leche, azúcar y huevos es perjudicial para la salud.
- 7 ¿Cómo probar si un pastel está listo? ¿Cómo evitar que un pastel se «caiga» (baje, desinfle)?
- 8 Preparar dos de los siguientes:
  - a. Pastel de ingredientes básicos (de cualquier sabor)
  - b. Pastel de una mezcla (de una caja de cualquier sabor)
  - c. Pastel de fruta o pastel de nuez o panqué
  - d. Bizcocho
- 9 Hacer una tarta de cada una de las siguientes categorías:
  - a. Hornear, cualquier fruta incluyendo limón
  - b. Sin hornear (sólo la parte inferior horneada), de frutas frescas, agar, etc.
- 10 Hacer y hornear galletas de una receta. Hacer una receta de galletas de refrigerador. Para ello es preferible utilizar ingredientes enteros y sanos como frutas, avena, nueces, etc.
- 11 Preparar un archivo con las recetas de los elementos preparados de los requisitos anteriores y cualquier otra que desee. Ver cuántas recetas se puede encontrar en donde se usa fruta sin grandes cantidades de azúcar.