

nivel **A2** audiolibro colección marca española

Cocina

COLECCIÓN MARCA ESPAÑA

Autor: Gorka Álvarez

Coordinación editorial: Clara de la Flor

Supervisión pedagógica: Emilia Conejo

Glosario y actividades: Emilia Conejo

Diseño y maquetación: rosacasirajo

Corrección: Rebeca Julio

Fotografía de cubierta: Mollejas y bogavante del restaurante Can Fabes

Fotografías: Gorka Álvarez, Ángela de las Heras, La Casona del Sella, Raúl de la Flor

Vídeo: BALABUSCA

Locución: Cristina Carrasco

Sonidos: trip2000/thefreesoundproject, dobroide/thefreesoundproject, rutgermuller/thefreesoundproject, YngwieM/thefreesoundproject, delphidebrain/thefreesoundproject, anemicrose/thefreesoundproject, Robinhood76/thefreesoundproject

Todos los sonidos de The Freesound Project están sujetos a una licencia de Creative Commons Sampling Plus 1.0 by MTG (UPF).

© Difusión, Centro de Investigación y Publicaciones de Idiomas, S.L., 2011

ISBN: 978-84-8443-730-7

Depósito legal: B-5478-2011

Impreso en España por T. G. Soler

www.difusion.com



Índice

Cómo trabajar con este libro	8
Introducción	11
Cocina de la A a la Z	13
1. Galicia	17
2. Principado de Asturias	23
3. País Vasco	29
4. Cataluña	35
5. Comunidad Valenciana	41
6. Castilla y León, Castilla-La Mancha y Madrid	47
7. Andalucía	59
Notas culturales	64
Glosario en inglés, francés y alemán	65
Actividades	73

Índice de recetas

<i>Pulpo a la gallega</i>	21
<i>Fabada</i>	27
<i>Marmitako</i>	33
<i>Escalivada</i>	39
<i>Paella</i>	45
<i>Tortilla de patata</i>	51
<i>Pisto manchego</i>	53
<i>Cordero asado</i>	55
<i>Cocido madrileño</i>	57
<i>Gazpacho</i>	63



Cocina del restaurante Can Fabes del cocinero Santi Santamaria

Marca España Cocina

*«Yo utilizo la cocina como lenguaje,
pero la pasión está en la creatividad»*

Ferran Adrià

Cómo trabajar con este libro

Marca España es una serie de lecturas sobre temas de la cultura, la economía y la sociedad española. Cada libro aporta un panorama general sobre el tema en cuestión, que incluye su historia y la situación actual, y se acompaña de un vídeo que ilustra una o varias de las secciones analizadas en el libro.

Para facilitar la lectura, al principio del libro aparece un glosario básico de términos de cocina en castellano «Cocina de la A a la Z». Además, al final de cada página se incluye un glosario en español de las palabras y expresiones más difíciles, y al final del libro, un glosario de todas ellas traducidas al inglés, francés y alemán.

A lo largo del texto se han marcado en color verde algunas palabras y expresiones que hacen referencia a aspectos culturales del mundo del español. Estos se recogen y se explican en la sección de notas culturales que aparece al final del libro.

El libro termina con una sección de actividades que tiene la siguiente estructura:

- a) «Antes de leer». **Recomendamos realizar las actividades de esta sección antes de empezar a leer el texto**, ya que ayudarán a activar los conocimientos que tiene el lector sobre el tema y facilitarán la comprensión.
- b) «Durante la lectura». Son **actividades destinadas a pautar la comprensión** de los diferentes capítulos.
- c) «Después de leer». Se trata de propuestas variadas que **permiten poner en práctica la comprensión auditiva y de lectura, la expresión oral y escrita, la interacción oral y escrita y la mediación**. Tienen un carácter predominantemente abierto para que el propio lector (o el profesor que lee el libro con sus alumnos) pueda decidir cómo trabajar con ellas según sus necesidades. En muchas de ellas se

propone un repaso al contenido del libro. En cada caso, **el lector puede decidir si vuelve a leer el fragmento en cuestión o prefiere escuchar la grabación del CD correspondiente**. Igualmente, puede decidir si hace las actividades por escrito o de forma oral, en interacción con otros hablantes.

- d) «Vídeo». Esta sección contiene **propuestas para trabajar la comprensión audiovisual con el vídeo** que está incluido en el CD.
- e) «Léxico». Actividades para **la sistematización, la profundización y la ampliación del vocabulario**. Se tiene en cuenta que cada hablante tiene unos intereses y un bagaje personal específicos. Por eso se proponen especialmente actividades de carácter abierto y que favorecen el aprendizaje estratégico.
- g) Por último, la sección «Internet» propone **páginas web interesantes** para seguir investigando.



5. Comunidad Valenciana

Comunidad autónoma: Comunidad Valenciana
Situación geográfica: este de la península ibérica
Provincias: Alicante, Castellón y Valencia
Capital: Valencia
Población: 5 000 000 de habitantes

En la Comunidad Valenciana existen dos lenguas oficiales: el valenciano y el español. Aunque la primera recibe tradicional y legalmente el nombre de valenciano, en el ámbito académico y lingüístico se considera el valenciano como una variedad o dialecto del catalán. La capital de la comunidad, Valencia, es la tercera ciudad más poblada de España después de Madrid y Barcelona.

¿Sabías que...? El pueblo autóctono de la Comunidad Valenciana son los íberos, que mantenían relaciones mercantiles y culturales con los fenicios, los griegos y los cartagineses. Después de la invasión romana, toda la costa valenciana quedó bajo el dominio del Imperio romano, que duró siete siglos. En ese período, los íberos se integraron en la nueva sociedad y adoptaron el latín como su lengua.

Algo que destacar: son famosas las Fallas, que se celebran del 15 al 19 de marzo en algunas ciudades y pueblos de la Comunidad en honor a¹ san José, patrón² de los carpinteros³. Su origen es la quema⁴ de los restos de los talleres de carpintería. El pueblo ha transformado esta tradición, y hoy se queman figuras llamadas *ninots* (monigotes) que representan figuras de la cultura tradicional, pero también personajes públicos o de actualidad. Por eso, muchas

GLOSARIO

¹ **en honor a:** en homenaje a ² **patrón:** santo protector ³ **carpintero:** persona que trabaja la madera ⁴ **quema:** destrucción mediante el fuego



veces tienen un objetivo de crítica social o política y una función simbólica: al quemar las figuras se eliminan los problemas que denuncian⁵. En esta fiesta se unen todos los elementos que definen la diversión valenciana: el fuego, la música, la pólvora⁶ y la calle.

Gastronomía

La gastronomía de la Comunidad Valenciana es también un reflejo de la dieta mediterránea. En esta región hay productos de gran calidad como las verduras, las frutas y el pescado. Las naranjas valencianas también son muy famosas en España, pero sin duda⁷ el producto rey es el arroz. En los principales platos de la cocina valenciana el arroz es el ingrediente fundamental.

El plato más conocido es la paella valenciana. que hoy es famosa en todo el mundo, aunque no siempre se prepara bien.

Y es que hacer una buena paella no es fácil. No solo hay que tener los mejores ingredientes, sino que además hay que cocer el arroz en su punto justo⁸. Por eso, prepararla es un arte. Para hacerla hace falta una paella, una sartén plana y grande que da nombre al plato. Una variante de la paella tradicional es la fideuá, que se elabora con fideos⁹ en lugar de arroz. Pero la paella no es el único plato que se prepara a base de arroz. Otros son el arroz negro (con tinta de los calamares) y el arroz con costra¹⁰ (con una capa de huevos al horno por encima), por ejemplo. En general se prepara el arroz de muchísimas maneras diferentes: con carne, con pescado, con verduras o con una combinación de todo ello.

En la Comunidad Valenciana también se produce uno de los productos más típicos de la Navidad española: el turrón. Se trata

GLOSARIO

⁵ **denunciar**: declarar oficial y públicamente un hecho negativo ⁶ **pólvora**: sustancia explosiva que se utiliza en la pirotecnia ⁷ **sin duda**: seguro ⁸ **en su punto justo**: a la perfección ⁹ **fideo**: tira delgada de pasta ¹⁰ **costra**: cubierta o corteza exterior que se endurece o seca sobre una cosa húmeda o blanda

de un dulce de origen árabe que se elabora a partir de una masa de miel y almendras tostadas.

Por último, es típica una bebida parecida a la leche, pero de sabor dulce, que se hace con chufas, un tubérculo¹¹ de tamaño pequeño y color marrón. Se trata de la horchata, que se bebe muy fría y especialmente en verano. A menudo se acompaña de unos bollos¹² alargados llamados *fartons*.

Dónde comer...

Restaurante Casa Galbis

Merece la pena¹³ ir a comer una de sus famosas paellas gigantes. *Avenida Antonio Almela 15, La Alcudia (Valencia)*.

La Taberna del Gourmet

Premiada como el mejor lugar de España para tapear. *Calle San Fernando 10, Alicante*.

Para gourmets...

Restaurante Quique Dacosta

El equipo de este restaurante extrae la esencia de los mejores ingredientes del entorno¹⁴. *Carretera Las Marinas km 3, Carrer Rascassa 1, Denia (Alicante)*.

Restaurante Ca Sento

Productos de gran calidad y manjares¹⁵ en estado puro. *Méndez Núñez 17, Valencia*.

GLOSARIO

¹¹ **tubérculo**: familia de vegetales a la que pertenecen las patatas ¹² **bollo**: bizcocho, torta ¹³ **merecer la pena**: ser recomendable ¹⁴ **entorno**: zona ¹⁵ **manjar**: alimento delicioso



pista 11

Paella

Ingredientes para 4 personas

- | | | |
|------------------------------------|---------------------|--------------------------|
| > 350 g de arroz | > 1 pimiento verde | > azafrán ² |
| > 1 kg de pollo | > 1 tomate | > colorante ³ |
| > 4 langostinos | > 1 cebolla mediana | > sal |
| > 8 gambas | > 2 dientes de ajo | > perejil |
| > 250 g de mejillones ¹ | > caldo de verduras | |
| > 1 pimiento rojo | > aceite de oliva | |

Preparación

Se necesita una paella de unos 45 centímetros de diámetro⁴ y el caldo de hervir verduras (cebolla, apio, puerro y zanahoria, por ejemplo).

En primer lugar, se corta el pollo en pedazos pequeños y se le echa sal. A continuación se dora en la paella con un poco de aceite de oliva y se deja aparte. En la misma paella se prepara un sofrito con la cebolla, los pimientos y el ajo picados. Cuando la verdura está blanda⁵, se añaden el tomate picado y el perejil y se deja todo unos minutos más. El sofrito está listo aproximadamente a los 20 minutos, cuando la verdura está blanda y jugosa⁶. Entonces se echa el arroz y se mezcla todo bien. Después, se añade el caldo de las verduras (justo el doble de caldo que de arroz), se mezcla todo bien y se añaden el azafrán, el colorante y la sal. Por último, se echa el pollo. Al principio debe cocer a fuego vivo. Cuando empieza a hervir el caldo, se baja el fuego y se deja hacer el arroz unos 20 minutos. Unos diez minutos antes de retirar la paella del fuego se colocan las gambas, los langostinos y los mejillones sobre el arroz. Cuando se ha retirado del fuego, se tapa la paella con un trapo⁷ húmedo o con varias hojas de papel de periódico también húmedas, y se deja reposar cinco minutos.

GLOSARIO

¹ **mejillón**: molusco de color naranja con una concha negra y alargada ² **azafrán**: planta muy valiosa que procede de Oriente y se utiliza para dar color a las comidas ³ **colorante**: sustancia que sirve para añadir color a las comidas ⁴ **diámetro**: recta que une dos puntos de una circunferencia pasando por el centro ⁵ **blando**: tierno ⁶ **jugoso**: que tiene jugo, que no está seco ⁷ **trapo**: pedazo de tela que se usa para limpiar

Truco

Para preparar la fideuá hay que seguir los mismos pasos que para la paella, pero se sustituye el arroz por fideos. La pasta se hace antes que el arroz, así que hay que dejarla cocer solo la mitad de tiempo.



ESPAÑOL

INGLÉS

FRANCÉS

ALEMÁN

4. Cataluña

¹ nexo	link	lien	Verbindung
² pintoresco	picturesque	pittoresque	eigentümlich
³ beneficio	benefit	bienfait	Vorteil
⁴ saludable	healthy	sain	gesund
⁵ pescado azul	blue fish	poisson gras	Fisch mit mehr als 5 mg Fett
⁶ abusar de	to overuse	abuser de	es übertreiben mit
⁷ enriquecer	to enrich	enrichir	bereichern
⁸ empresendedor	entrepreneurial	entreprenante	unternehmerisch
⁹ llamativo	striking	remarquable	auffallend
¹⁰ albóndiga	meatball	boulette de viande	Fleischkloß
¹¹ sepia	cuttlefish	seiche	Sepia
¹² tentación	temptation	tentation	Versuchung
¹³ irresistible	irresistible	irrésistible	unwiderstehlich
¹⁴ a menudo	often	souvent	oft
¹⁵ en torno a	around	autour de	was...angeht
¹⁶ festejar	to celebrate	fêter	feiern
¹⁷ masía	farmhouse and barn	ferme traditionnelle	Gehöft
¹⁸ inmejorable	unbeatable	exceptionnel	erstklassig

Escalivada

¹ berenjena	eggplant	aubergine	Aubergine
² anchoa	salted fillet of anchovy	anchois	Anchovi
³ bandeja	oven tray	plateau	Blech

5. Comunidad Valenciana

¹ en honor a	in honour of	en l'honneur de	zu Ehren von
² patrón	patron saint	patron	Schutzpatron
³ carpintero	carpenter	menuisier	Schreiner
⁴ quema	burning	brûlage	Verbrennung
⁵ denunciar	to denounce	dénoncer	anprangern
⁶ pólvora	gunpowder	poudre noire	Pulver
⁷ sin duda	without any doubt	sans aucun doute	ohne Zweifel

ESPAÑOL

INGLÉS

FRANCÉS

ALEMÁN

⁸ en su punto justo	the right degree	à point	genau richtig
⁹ fideo	noodle	vermicelle	Nudel
¹⁰ costra	crust	croûte	Kruste
¹¹ tubérculo	tubercle	tubercule	Knöllchen
¹² bollo	bun	brioche	süße Backware
¹³ merecer la pena	to be worth it	valoir la peine	empfehlenswert sein
¹⁴ entorno	local environment	terroir	Umgebung
¹⁵ manjar	delicacy	mets	Leckerbissen

Paella

¹ mejillón	mussel	moule	Miesmuschel
² azafrán	saffron	safran	Safran
³ colorante	colouring	colorant	Speisefarbe
⁴ diámetro	diameter	diamètre	Durchmesser
⁵ blando	soft	tendre	weich
⁶ jugoso	juicy	juteux	saftig
⁷ trapo	cloth	torchon	Tuch

6. Castilla y León, Castilla-La Mancha y Madrid

¹ cuna	birthplace	berceau	Geburtsort
² indistintamente	indistinctively	indistinctement	ohne Unterschied
³ sobrio	sober	sobre	schlicht
⁴ contundente	filling/strong	riche	kräftig
⁵ cereal	cereal	céréale	Getreide
⁶ garbanzo	chick peas	pois chiche	Kichererbse
⁷ aparte	separately	en plus	separat
⁸ boquerón	fresh anchovy	anchois	Art von Sardine
⁹ croqueta	croquette	croquette	Krokette
¹⁰ taurino	related to bullfighting	taurin	Stierkampf-
¹¹ barro	clay	argile	Ton
¹² discípulo	disciple	disciple	Schüler
¹³ aventajado	outstanding	doué	begabt

10. De los cuatro platos que se presentan para Castilla y León, Castilla-La Mancha y Madrid ¿Cuál te parece mejor para las siguientes ocasiones? ¿Por qué?

- >Una comida en un día frío de invierno
- >Unas tapas
- >Un menú para una persona vegetariana

11. ¿Qué diferencias fundamentales encuentras entre la gastronomía de Andalucía y la de Castilla?

DESPUÉS DE LEER

12. ¿Qué receta del libro te parece más fácil de hacer? ¿Y más difícil? ¿Cuál te apetece preparar?

13. En general, ¿qué impresión te produce la cocina española? ¿Crees que es sencilla, sofisticada, compleja, natural, sana...?

14. ¿Qué cosas interesantes sobre la cultura gastronómica española has aprendido? Escríbelo aquí.

15. ¿Existen costumbres curiosas en tu país relacionadas con la comida? Escribe un breve texto sobre ello.

LÉXICO

16. Completa este mapa conceptual sobre la cocina con las palabras y expresiones que recuerdas del libro:



17. Relaciona cada verbo con su definición:

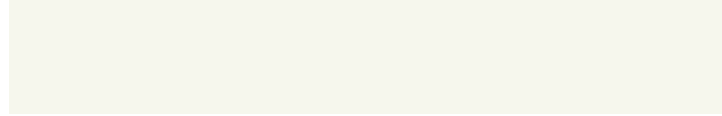
1) asar	a) mover con una cuchara o similar.
2) pelar	b) extender una sustancia o pasta sobre una superficie.
3) remover	c) eliminar los restos de un líquido.
4) cocer	d) quitar la piel de un alimento.
5) congelar	e) agitar, mover con fuerza para mezclar bien.
6) untar	f) conservar alimentos por debajo de los 0°C.
7) escurrir	g) freír ligeramente un alimento para impregnarlo de la grasa y los ingredientes con los que se condimenta.
8) freír	h) cocinar un alimento al horno.
9) batir	i) cocinar con aceite caliente.
10) rehogar	j) cocinar un alimento en agua muy caliente.

18. Ahora piensa qué alimentos puedes asar, pelar, remover, etc. Fíjate en el ejemplo y haz lo mismo para los otros verbos.



VÍDEO

19. Vas a ver un vídeo sobre cocina. Primero, míralo sin volumen y apunta todo lo que reconoces (ingredientes, utensilios, platos típicos, acciones de la cocina, etc.).



20. Ahora, vuelve a verlo, esta vez con sonido, y contesta a estas preguntas:

1. ¿En qué ciudad está el restaurante?
2. ¿Cómo se llama?
3. ¿Por qué es un restaurante peculiar?
4. ¿Qué es el rape?
5. ¿Cómo se empana un alimento?
6. ¿Cuántas tortillas hacen al día en este restaurante?
7. ¿Qué es lo más difícil al hacer la tortilla?
8. ¿Qué tienen en común los dados de rape y las croquetas?
9. ¿Cuál es la filosofía de este restaurante?

21. ¿Qué te parece este restaurante y su filosofía? ¿Te gustaría comer allí?



INTERNET

22. De todos los restaurantes que se recomiendan en el libro, escoge cuatro que te parecen interesantes. Luego búscalos en internet. La mayoría tienen una página web. Navega por su página. ¿Qué impresión te da? ¿Cuál te parece más interesante? ¿Qué ventajas e inconvenientes tiene? Prepara una breve presentación en tu idioma para explicarle los resultados de tu búsqueda a alguien que no habla español.



SOLUCIONES

6. (Propuesta de solución)

>El príncipe Felipe de España tiene el título de príncipe de Asturias. Por eso el nombre oficial de la región es Principado de Asturias.

>Asturias limita al sur con la cordillera Cantábrica. Allí se cría el ganado casi en libertad y por eso la carne es muy buena.

>Las *fabes* son unas judías blancas y grandes que solo se cultivan en Asturias. Con ellas se hace la fabada.

>El queso de Cabrales es un queso azul muy famoso de Asturias.

>La sidra es la bebida más famosa de la región. Se hace a base de jugo de manzana y para servirla hay que escanciarla.

9.

>cortar y salar el pollo

>hacer un sofrito

>añadir el arroz

>echar el caldo

>colocar el marisco sobre el arroz

>retirar el arroz del fuego

>tapar con un paño húmedo

17.

1h, 2d, 3a, 4j, 5f, 6b, 7c, 8i, 9e, 10g

20.

1. En Madrid.

2. La Cesta de Recoletos.

3. Porque le da un toque de modernidad a la cocina tradicional.

4. Es un pescado.

5. Se baña en huevo batido y después en pan rallado.

6. Unas 20 o 30.

7. Darle la vuelta.

8. Que hay que empanarlos.

9. Materia prima de muy buena calidad y presentación muy cuidada, pero a buen precio, es decir, cocina cuidada y asequible.