

► ¡BUEN PROVECHO!

UN VIAJE
HACIA LA COCINA
ESPAÑOLA E
HISPANOAMERICANA



FISK

► E-BOOK ESPANHOL | VOL. 05

► ¿TE GUSTA COCINAR?

¿Qué tal se te da cocinar?

Muy bien. / ¡Fatal!



► ¿TE GUSTA COCINAR?

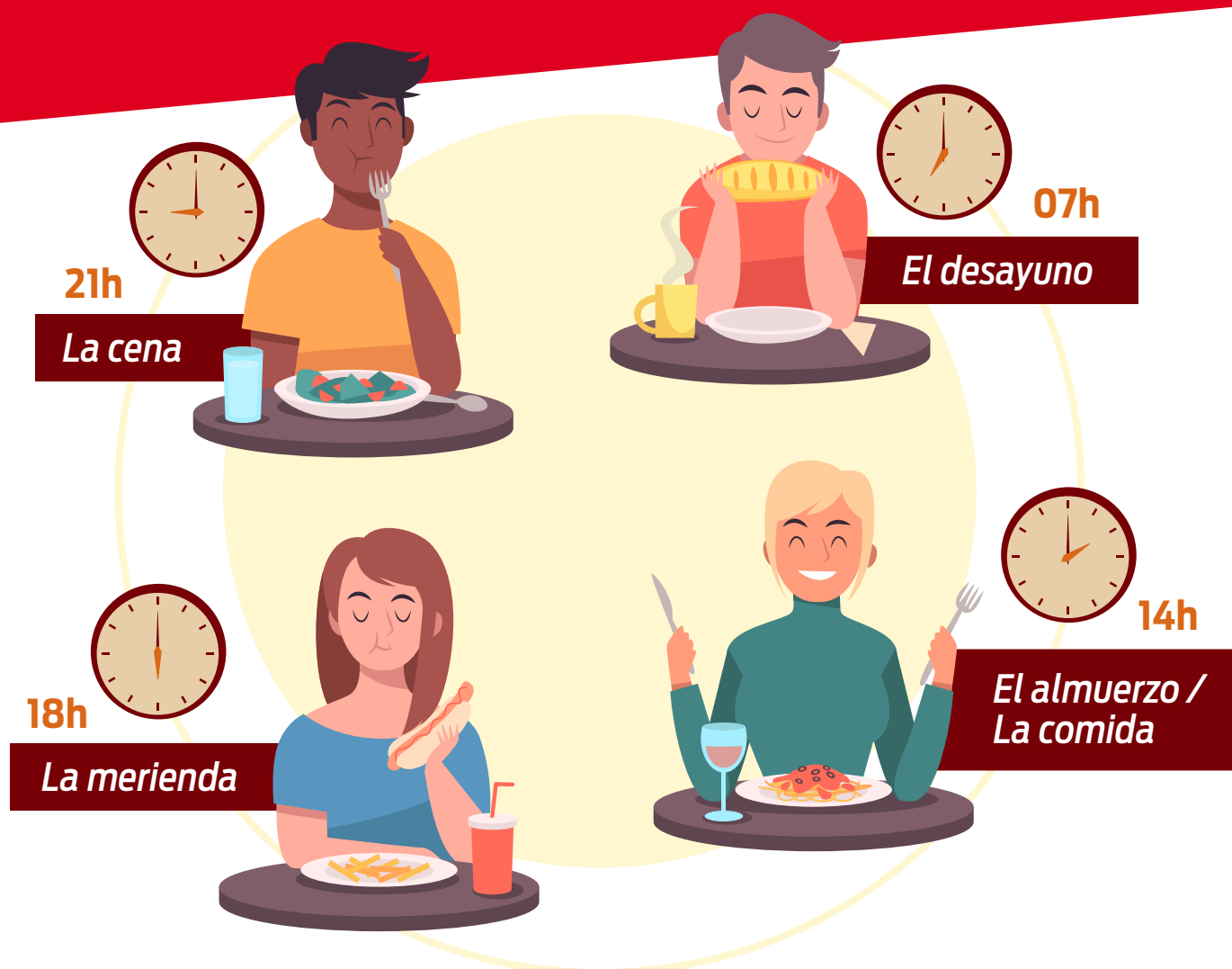
Como você se sai na cozinha? Você é daquelas pessoas que adoram comer, mas não gostam de cozinhar? Ou é daquelas que adoram cozinhar e convidar os familiares e amigos para desfrutarem todos juntos? Ou ainda, você é daquelas pessoas que preferem pedir algo pronto por aplicativo ou ir direto a um restaurante só para não fazer muita bagunça na cozinha? Não se preocupe! Não importa o que você prefira, **as dicas que traremos aqui serão para todos os gostos e estilos!**

Começaremos com algumas curiosidades e com os utensílios de cozinha e eletrodomésticos mais comuns. Depois, passaremos pelo supermercado, e veremos também algumas frases úteis (para um restaurante, por exemplo) e algumas expressões idiomáticas com alimentos. Mas nós ficaremos mesmo é na cozinha, preparando algumas receitas típicas da culinária espanhola e hispano-americana, que são muito fáceis de fazer. Ainda teremos uma receita bem “*docinha*”, porque, afinal de contas, o “*postre*”, ou seja, a sobremesa não pode faltar.

► LAS COMIDAS DEL DÍA

Cada país tem sua própria cultura em relação aos horários em que as pessoas costumam fazer suas refeições (e em muitos lugares os horários não coincidem com os horários que estamos acostumados no Brasil).

Então, se você estiver na Espanha, não estranhe se você procurar um restaurante ao meio-dia e não encontrar nenhum aberto. Com certeza, se você voltar por volta das 14h, você já poderá entrar. Também não vá estranhar se um(a) amigo(a) convidar você para jantar às 21h. Pode ser que, jantar um pouco mais tarde, seja normal na cultura dele(a)...



► LOS ÚTILES DE COCINA

Para você que gosta de cozinhar, vamos começar conhecendo alguns utensílios de cozinha de que vamos precisar. Se você não gosta de cozinhar, não faz mal. É bom conhecer esse vocabulário também, porque alguém pode precisar da sua ajuda (nem que seja para lavar a louça depois...).



► LOS ELECTRODOMÉSTICOS

Não podemos nos esquecer dos eletrodomésticos mais comuns.
Vamos precisar de algum deles durante o preparo de nossas receitas!



Licuada



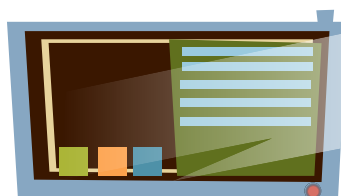
Cafetera eléctrica



Batidora



Microondas



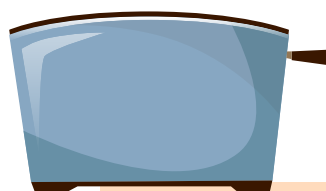
Horno eléctrico



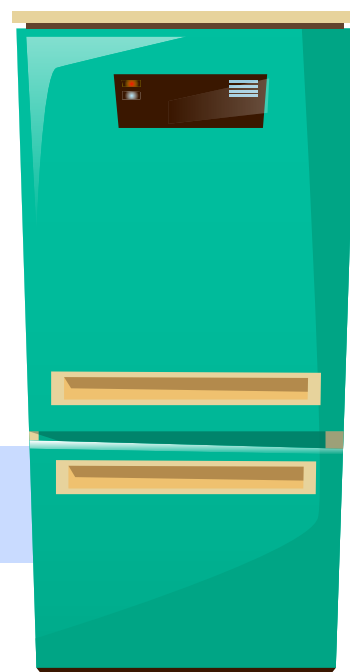
Cocina y Horno



Lavavajillas



Tostador(a)



**Nevera /
Refrigerador**

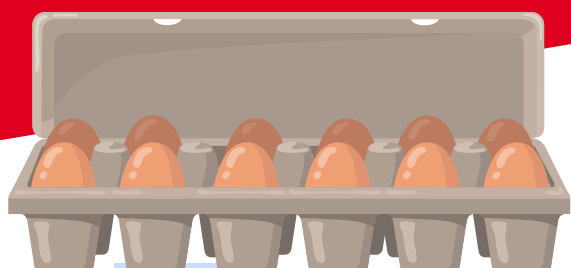
► LA LISTA DE COMPRAS

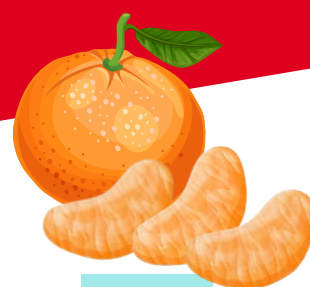
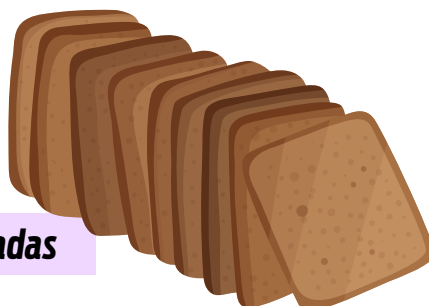
Antes de preparar as nossas receitas, precisamos providenciar e separar os ingredientes. Então, se estiver faltando algo na despensa, fazemos a lista e vamos ao supermercado.



► LAS MEDIDAS Y CANTIDADES

Para que suas receitas deem certo, é preciso respeitar as medidas e as quantidades. Então, não perca nenhum detalhe. Veja como são em espanhol.

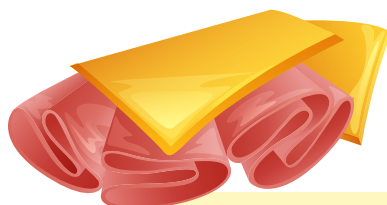

Docena

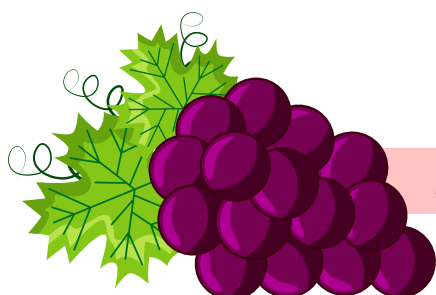
Barra

Gajos

Rebanadas

Planta

Rodajas

Cucharada

Manojo

Fetas / Lonjas

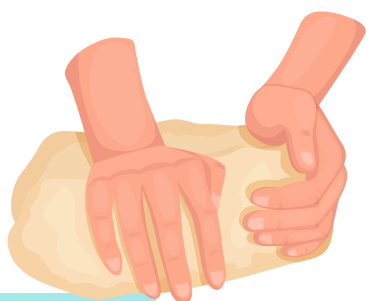
Penca

Racimo

Gramos / Kilos

Litros

► LAS ACTIVIDADES CULINARIAS

Você é daquelas pessoas que acreditam que cozinhar é uma arte? Então, vamos lá! Hora de pôr as mãos à obra – ou na massa – e preparar alguns pratos muito conhecidos no mundo hispano.



Amasar



Batir



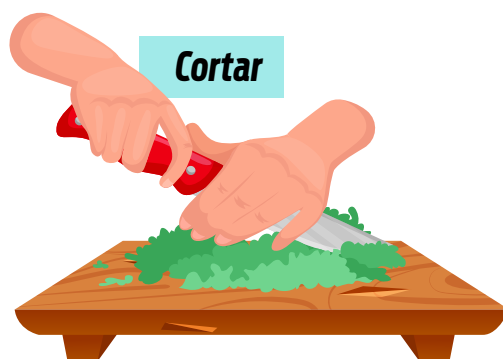
Añadir / Agregar



Estirar



Cocer / Cocinar



Cortar



Tamizar



Asar



Espolvorear

► LA COCINA ESPAÑOLA E HISPANOAMERICANA



*¿Me ayudas a poner
la mesa?*

Para você que gosta de provar alguns “*platillos*” diferentes, nós separamos algumas receitas muito fáceis, assim você pode preparar em casa e, de quebra, ainda pode convidar os amigos e os familiares para desfrutarem dessas delícias da cozinha espanhola e hispano-americana com você. Conheça agora um pouco sobre essas receitas que nós selecionamos:



Tortilla de patatas

A “*tortilla de patatas*” ou “*tortilla española*” é um tipo de omelete espanhol. É feito com batatas e cebolas cortadas em rodelas finas, cozidas em azeite de oliva e misturadas com ovos batidos.



Guacamole

O “*guacamole*” é um popular molho “*dip*” mexicano. Há várias versões, mas o abacate é sempre o ingrediente primordial. A forma mais comum de comer guacamole é acompanhado, geralmente, com “*totopos*” (ou “*nachos*”), “*tacos*”, “*quesadillas*”, “*burritos*” etc.



Alfajores

A gente separou também a receita dos tradicionais “*alfajores argentinos*”, que são um doce tradicional nesse país. Geralmente, são recheados com doce de leite e cobertos com coco ralado.

Ficou com água na boca? Então, não fique na vontade.
Faça hoje mesmo na sua casa e divirta-se! Seguem as receitas.



Tortilla de patatas

INGREDIENTES:

- 5 ó 6 huevos
- 3 ó 4 patatas medianas
- 1 cebolla mediana
- 1 taza de aceite de oliva
- Sal

INSTRUCCIONES:

Pela las patatas, lávalas y sécalas. Luego, córtalas en rodajas finas.

Pela y pica la cebolla finita.

Calienta el aceite en una sartén a temperatura media. Pon todo en la sartén, sazona a tu gusto y fríe a fuego suave durante 30 minutos aproximadamente. Hay que removerlas un poco con una cuchara de madera a menudo.

Retira la fritada y escúrrela. Reserva el aceite.

Casca los huevos, ponlos en un bol y bátelos. Sálalos a tu gusto, añade la fritada de patatas y cebolla, y mezcla bien.

Pon la sartén nuevamente en el fuego y agrégale un chorrito del aceite escurrido / reservado. Agrega la mezcla. Espera a que empiece a cuajarse.

Luego, separa los bordes y, con la ayuda de un plato, dale la vuelta. Échala de nuevo para que cuaje y dore por el otro lado también.



Guacamole

INGREDIENTES:

- 2 aguacates maduros
- 1 tomate
- 100g cebolla
- 1 chile jalapeño (al gusto)
- Cilantro fresco
- 1 limón
- Sal

INSTRUCCIONES:

Pica la cebolla y haz lo mismo con el chile jalapeño, en caso de optar por incorporarlo al guacamole.

Corta el tomate por la mitad, retira las semillas y pícalo en dados pequeños.

Lava el cilantro y separa las hojas de los tallos. Pícalas suavemente.

Corta el limón por la mitad y exprime el jugo de una de sus mitades, reservando la otra mitad para otra elaboración.

Por último, corta los aguacates por la mitad y retira los “huesos”. Saca la “carne” de los aguacates y ponla en un cuenco amplio. Machácala con un tenedor.

Luego, agrega los ingredientes anteriores: la cebolla, el chile jalapeño, el tomate, el cilantro y el zumo del medio limón. Mézclalo todo y sálalo al gusto.



Alfajores

INGREDIENTES:

- 1 taza de harina de trigo (140 gramos)
- 1 taza de maicena (125 gramos)
- $\frac{3}{4}$ taza de azúcar (150 gramos)
- 100 gramos de manteca o margarina
- 1 unidad de huevo entero
- 1 unidad de yema de huevo
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- Ralladura de un limón
- Dulce de leche
- Coco rallado

INSTRUCCIONES:

Coge un recipiente y mezcla el azúcar con la manteca o margarina hasta obtener una crema. Mientras tanto, precalienta el horno a 180°C.

Luego, añade la yema y el huevo, y mezcla hasta que se integren. Después, añade la ralladura y la esencia de vainilla. Enseguida, añade la harina previamente cernida con la maicena y los polvos de hornear y amásalo todo bien hasta obtener una mezcla consistente y sin grumos. Deja que repose durante 15 minutos y vuelve a amasarla.

En una superficie de trabajo, estira la masa hasta que tenga un grosor de medio centímetro. Con la ayuda de un vaso, haz las porciones de los alfajores en círculos iguales. Colócalos sobre una bandeja de horno previamente enharinada y hornéalos durante unos 10 minutos aproximadamente, hasta que estén un poco dorados. Luego, retíralos del horno y deja que se enfríen.

Para montarlos, cuando estén fríos, rellena con una cucharada de dulce de leche en un círculo, coloca otro encima y pasa los bordes por el coco rallado.

¡QUÉ EXQUISITO!

Fique tranquilo(a). “**iQué exquisito!**” quer dizer que algo que você comeu está muito bom, delicioso!

Agora que está tudo pronto, como dizer o que você acha desses pratos e de alguns ingredientes?

Aqui estão algumas dicas:



*iQué **bueno** está el guacamole!*

*iQué **exquisito/a!***

*iQué **rico** estaba todo!*

*A mí **me encanta** la tortilla de patatas.*

*A mí **me gusta** el aguacate.*

*A mí **me gustan** las empanadas argentinas.*

***Me encantan** los alfajores.*

***Me gustan** los nachos con guacamole.*

*Me parece **delicioso/a**.*

*Me parece **muy sabroso/a**.*

*Tiene un aspecto **muy apetitoso**.*

*El guacamole está un poco **salado**.*

*Está demasiado **dulce** / **agridulce** / **agrio** / **amargo**.*

*Está un poco **picante**.*

*Las empanadas estaban muy **aceitosas** / **grasientas**.*

*Las empanadas **están** / **estaban** muy crujientes.*

***No me gusta** mucho el cilantro.*

***No me gusta** nada la cebolla.*

¡MESA PARA DOS!

Se você não quiser “ter trabalho” em casa, pode marcar um encontro com os amigos. Mas, atenção: nos bares e restaurantes dos países que falam espanhol, o tratamento formal (**USTED / USTEDES**) é o mais indicado entre garçom e clientes.

Por isso, procure sempre tratar o “**CAMARERO**”, “**MESERO**” ou “**MOZO**” de “**USTED**” e utilizar as formas verbais correspondentes.

Observe agora as perguntas que você pode ouvir em um bar ou restaurante e as possibilidades de resposta.



CAMARERO / MESERO / MOZO:

¿Qué desea? / ¿Qué desean?

¿Qué va a tomar? / ¿Qué van a tomar?

¿Cuál es su orden?

¿Qué le pongo? / ¿Qué les pongo?

¿Y para beber?

¿Se le ofrece algo de tomar? /

¿Se les ofrece algo de tomar?

¿Alguna cosa de postre?

¿Algún café?

¿Algo más?

CLIENTES:

Quiero un/a...

De primero, quiero... y de segundo, ...

Para beber, un/a..., por favor.

Yo, de postre, quiero...

¿Qué hay / tienen de primero /
de segundo / de plato fuerte?

¿Qué es esto? / ¿Es picante? / ¿Lleva...?

¿Qué hay / tienen de postre?

La cuenta, por favor.

BARRIGA LLENA, CORAZÓN CONTENTO...

Em espanhol, há um “*refrán*”, ou seja, uma expressão idiomática que diz: “*Del dicho al hecho, hay mucho trecho*”, ou seja, dizer que vai fazer algo é uma coisa, e realmente fazer é outra!

Pois é, ver uma receita e dizer que vai fazer é uma coisa, e realmente fazê-la é outra, né!? (Essa é uma indireta para as pessoas que pegam receitas e nunca fazem...)

Falando nisso, vamos conferir 20 expressões idiomáticas em espanhol? Quem sabe depois de vê-las você se anima e põe a “mão na massa” com as nossas receitas!


01

A falta de amor, unos tacos al pastor.

Cuando uno se siente triste o decepcionado del amor, comer unos tacos debería ayudarle a recomponer el ánimo.

02

A falta de pan, buenas son tortas.

Aceptar menos de lo que uno aspira.

03

Al pan, pan y al vino, vino.

Llamar cada cosa por su nombre, poner cada cosa en su lugar, hablar con sinceridad.

► 20 EXPRESSÕES IDIOMÁTICAS EM ESPANHOL

FISK

► E-BOOK ESPANHOL
VOL. 05

04

Contigo, pan y cebolla.

Quedarse con alguien hasta el final.

05

Dar la vuelta a la tortilla.

Cuando la vida de uno cambia completamente.

06

Echarles mucha crema a los tacos.

Hace referencia a las personas que les gusta exorbitar sobre cualquier cosa que hagan o les pase, que presumen sus cualidades.

07

Estar como un queso.

Estar guapo/a y atractivo/a.

08

Estar empanado.

Estar atontado, abobado. Que no se entera de nada.

09

Importarse un pepino / pimienta / rábano.

No importarse con lo que dice alguien.

10

Ir al grano.

Ir directo a un tema.

11

No entender ni papa.

No entender una sola palabra.

12

No está el horno para bollos.

No es el momento adecuado.

► 20 EXPRESSÕES IDIOMÁTICAS EM ESPANHOL

FISK

► E-BOOK ESPANHOL
VOL. 05

13

No hacer ni el huevo.

No mover un dedo para hacer algo, no hacer nada.

14

Parece el que asó la manteca.

Alguien torpe y que actúa de manera ridícula.

15

Pisando huevos.

Ir muy despacio y con cierto cuidado.

16

Ponerse como un tomate.

Ponerse rojo / colorado de vergüenza.

17

Ser pan comido.

Algo que es muy fácil.

18

Tener la sartén por el mango.

Tener el control de la situación.

19

Tener mala leche.

Tener mal carácter o tener mal humor, estar enfadado.

20

Tener una empanada mental.

Ser despistado, liado, confuso, con las ideas desordenadas.

FICOU COM VONTADE DE CONHECER MAIS SOBRE A CULTURA ESPAÑHOLA E HISPANO-AMERICANA?

► **ENTÃO, VENHA PARA A FISK!**

O Centro de Ensino Fisk tem unidades
espalhadas por todo o Brasil.

Com certeza, tem uma pertinho de você.

FAÇA A SUA
PRÉ-MATRÍCULA

TENHO UMA DÚVIDA
SOBRE ESTE LIVRO

CONFIRA MAIS DICAS
NO NOSSO BLOG

FISK