

Mi receta para el recetario de la convivencia

50 min en clase (sesión 4) y tarea en familia el fin de semana · Material gratuito de Didaula · didaula.com/fichas/4-grado/mi-receta-para-el-recetario/

Nombre: _____ Grado y grupo: _____ Fecha: _____

1. Lee esta receta. Puedes leerla en voz alta con tu pareja.

Ponche de frutas para la posada

Alcanza para 8 personas.

Ingredientes

2 litros de agua
12 guayabas
3 trozos de caña
1/2 kilo de tejocotes
125 gramos de piloncillo
2 rajas de canela

Utensilios

1 olla grande
1 cuchillo (úsalo con un adulto)
1 cuchara grande

Pasos

1. Lava bien la fruta.
2. Pela la caña y córtala en tiras.
3. Pon a hervir el agua con la canela y el piloncillo.
4. Agrega los tejocotes y deja hervir 10 minutos.
5. Corta las guayabas en cuartos y añádelas con la caña.
6. Deja hervir a fuego bajo 15 minutos más.
7. Sirve tibio.

2. Busca en la receta y escribe la respuesta.

Pregunta	Respuesta
¿Cómo se llama la receta?	
¿Para cuántas personas alcanza?	
Escribe un ingrediente.	
Escribe un utensilio.	
¿Cuál es el primer paso?	

3. En los pasos, encierra las palabras que dicen qué hacer. La primera es **Lava**. Copia aquí otras cuatro.

4. Contesta.

a) ¿Cuántos kilos de tejocotes lleva el ponche?

b) ¿Cuántas guayabas lleva?

c) ¿Por qué la receta dice cuánto se usa de cada ingrediente?

Para hacer en familia. Pide a alguien de tu familia que te dicte la receta de un platillo de diciembre: tamales, buñuelos, romeritos, pozole, ensalada de Nochebuena u otro que hagan en casa. Escríbela en las consignas 5 y 6.

5. Mi receta.

Nombre del platillo:

¿Para cuántas personas alcanza?

Ingrediente	Cantidad

Pasos. Ponle número a cada paso y empieza con una palabra que diga qué hacer.

Me dictó la receta:

6. Escribe los ingredientes de tu receta en su grupo del plato del bien comer.

Verduras y frutas	Cereales	Leguminosas y alimentos de origen animal

¿Qué le agregarías a tu cena para que sea más sana?

Me evalúo. ☐ Encontré el título, los ingredientes, los utensilios y los pasos. ☐ Escribí los pasos en orden y con número. ☐ Puse la cantidad de cada ingrediente. ☐ Acomodé mis ingredientes en el plato del bien comer.

Para el docente: lista de cotejo

Criterio	L	EP	NL	Observaciones
Identifica título, ingredientes, utensilios y pasos.				
Reconoce los verbos que indican qué hacer.				
Localiza cantidades y explica para qué sirven.				
Escribe su receta con ingredientes, cantidades y pasos numerados que empiezan con verbo.				
Clasifica ingredientes en el plato del bien comer y propone una mejora.				

Respuestas.

- **Consigna 2:** Ponche de frutas para la posada; 8 personas; cualquier ingrediente de la lista (agua, guayabas, caña, tejocotes, piloncillo, canela); cualquier utensilio (olla, cuchillo, cuchara); el primer paso es «Lava bien la fruta».
- **Consigna 3:** pela, corta (córtala), pon, agrega, deja, añade (añádelas), sirve.
- **Consigna 4:** a) medio kilo (1/2 kilo); b) 12 guayabas; c) para que salga igual y para saber cuánto comprar.
- **Consignas 5 y 6:** respuesta libre. En el ponche, guayaba, tejocote y caña van en verduras y frutas. El piloncillo es azúcar, no pertenece a un grupo del plato y se usa poco.

Error frecuente. Escriben la receta como narración («mi abuela pone la olla y luego...») en lugar de pasos con verbo al inicio. También confunden utensilios con ingredientes, por ejemplo escriben la olla como ingrediente. Pídeles que se pregunten: ¿esto se come o sirve para cocinar?