

Familias :

Las Clases de Comida Familiar de Pilot Light están diseñadas para llevar la educación alimentaria a tu hogar. Recomendamos usar los Recursos Familiares de la siguiente forma:

1. Ver el video de Comida Familiar para la clase familiar.
2. Hacer la receta en familia
3. En la sección “Conexiones Common Core”, los niños pueden aprender de y sobre los alimentos a la vez que fortalecen sus habilidades de “Common Core English Language Arts o Maths”
4. ¡Se proporcionan preguntas para Debatir en Familia y Actividades de Extensión para que los estudiantes de todas las edades tengan oportunidad de participar en esta experiencia de aprendizaje!



Clase de Comida Familiar Pilot Light

Mantequilla Casera

+ Grados 3-5 Common Core Math - Measurement and Data

Edad Recomendada: Desde la guardería hasta la edad adulta

Receta de Chandra Garcia-Kitch:

Mantequilla Casera

Ingredientes:

- Heavy cream a temperatura ambiente
- Sal
- Hierbas, opcional

Materiales:

- Tarro o recipiente hermético que no se derrame al agitarlo
- Bowl
- Cuchara
- Envoltorio de plástico

Preparación:

1. Vierte la heavy cream en un tarro hasta llenarlo por la mitad.
2. Enrosca bien la tapa, asegurándote de que no se derrame nada.
3. ¡Empieza a agitarlo!
4. Continúa agitándolo hasta que los trozos sólidos de grasa se junten en una bola.
5. Retira con cuidado la bola de mantequilla del suero de leche y ponla en un bowl. (puedes guardar el suero de leche para hornear)

6. Con una cuchara, empuja suavemente la mantequilla contra los lados del bowl para eliminar cualquier resto de suero de leche.
7. Vierte aparte el suero de leche restante.
8. Puedes poner la bola de mantequilla en agua helada y estrujarla, cambiando el agua a medida que se ponga turbia y repitiendo este proceso hasta que el agua esté clara cuando estrujes la mantequilla.
9. Si quieres añadir hierbas, este es el momento de hacerlo. Añádelas a la mantequilla y mezcla todo bien. Si usaste el método del hielo, mezclar te resultará un poco más trabajoso.
10. Enfríe el bowl cubierto con un envoltorio de plástico hasta que la mantequilla se compacte bien.
11. Cuando la mantequilla se pueda enrollar fácilmente en una bola, dale forma y envuélvela en un envoltorio de plástico.
12. Guarda la mantequilla en el frigorífico.

Conexiones Common Core:

Grados 3-5

CCSS.MATH.CONTENT.3-5.MD.A.2

Medir y estimar los volúmenes de líquidos y las masas de objetos usando unidades de gramos, kilogramos y litros. Sumar, restar, multiplicar o dividir para resolver problemas de masas y volúmenes que te dan en las mismas unidades. Por ejemplo, se podrían usar dibujos (como un vaso de precipitado con una escala de medición) para representar el problema.

¿Qué significa esto?

El Common Core introduce los conceptos de “volumen de un líquido” y “masa” en los estándares de Medición y Datos de tercer grado. Se espera que los estudiantes entiendan cómo medir volúmenes en relación con la masa y aplicar esto a los problemas escritos usando las cuatro operaciones básicas - suma, resta, multiplicación y división.

Los estándares Common Core de medición incluyen desde la medición del volumen hasta la conversión de unidades de volumen para los alumnos de quinto grado. Esto significa que, en tercer grado, tus estudiantes podrán comparar el volumen de líquido inicial de la buttermilk, así como crear o resolver problemas con estas medidas. Por su parte, un estudiante de cuarto grado deberá poder medir volúmenes con precisión, usando decimales y fracciones. En el quinto grado, el estudiante deberá poder convertir el volumen de una medida a otra. Por ejemplo, ¿cuántos gramos tiene la mantequilla? ¿A cuántos kilogramos equivale?

En esta clase, tú (el estudiante) resolverás problemas relacionados con el volumen líquido

¿A qué se parecerá esto?

Materiales necesarios:

- Lápices
- Papel
- Taza medidora de líquido que marque los incrementos en litros
- Escala

Instrucciones:

Tercer, Cuarto y Quinto grado:

1. Resuelve cada problema y muestra tu trabajo:
 - a. Mide y registra el volumen de líquido de la heavy cream y del buttermilk. ¿Cuánto volumen se obtiene de la grasa sólida que se convierte en mantequilla?

 - b. Imagina que empezaste con 1 L de heavy cream. Después de hacer la mantequilla, añades $\frac{1}{2}$ L de buttermilk. Del litro de heavy cream, ¿cuánto era grasa sólida que se convirtió en mantequilla? Enseña cómo lo sabes.

 - c. Si cada vez que haces mantequilla el volumen líquido de suero de leche es $\frac{1}{2}$ el volumen original de la heavy cream, ¿cuánta heavy cream usaste para...
 - i. 1L suero de leche = _____ L heavy cream
 - ii. 2L suero de leche= _____ L heavy cream
 - iii. 1 $\frac{1}{2}$ L suero de leche= _____ L heavy cream
 - iv. 5 L suero de leche = _____ L heavy cream
 - v. 2 $\frac{1}{2}$ L suero de leche= = _____ L heavy cream

Cuarto y Quinto grado:

1. En una hoja de papel aparte, crea una tabla de datos y un gráfico que muestren la relación entre la heavy cream y el suero de leche al hacer mantequilla. Usa los datos que recopilaste al hacer la mantequilla.

Preguntas para Debatir en Familia :

Las familias/los niños pueden debatir o escribir sobre:

- Hace mucho tiempo, ¿cómo se hacía la mantequilla?
- ¿Cuáles son los cambios por los que pasa la heavy cream cuando haces la mantequilla? ¿Por qué crees que pasa?
- ¿Qué pasa cuando añades sal a la mantequilla y por qué?

Actividades de Extensión:

Aquí tienes algunas recomendaciones para hacer actividades relacionadas con esta receta:

- Investiga la historia de la mantequilla.
- Investiga los usos de tu suero de leche (las tortitas son un buen comienzo) y prueba una receta.
- Compara el sabor de tu mantequilla con la mantequilla que sueles comprar. ¿Sabe diferente? ¿Qué opción es más económica?

Esta original Clase Familiar fue escrita por Chandra Garcia-Kitch, miembro de Pilot Light Food Education