



Clase de Comida Familiar Pilot Light “Scones” (panecillos)

Edad Recomendada: A partir de 8 años (con la supervisión de un adulto)

Receta:

Muchas recetas en el mundo surgieron de la necesidad y de reunir aquellos ingredientes disponibles para alimentar a una familia de forma rápida y sencilla. Estos scones irlandeses-estadounidenses son un gran ejemplo de ello. Puedes hacer que tu propia versión de esta receta añadiendo ingredientes que tengas en casa como hierbas, queso o fruta seca.



Scones - para hacer 12 scones

De Carol Aslam of Naperville, IL

(publicado originalmente en The Chicago Tribune)

- 2 tazas de harina común + $\frac{1}{4}$ taza extra para la formación
- $\frac{1}{3}$ taza de azúcar
- 2 $\frac{1}{2}$ cucharadita de levadura en polvo
- $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal
- $\frac{1}{4}$ cucharadita de bicarbonato
- 2 huevos
- 6 cucharadas de mantequilla derretida
- $\frac{1}{2}$ taza de suero de leche (buttermilk)
 - *Haz tu propio suero de leche:* mezcla $\frac{1}{2}$ taza de leche + 1.5 cucharadita ($\frac{1}{2}$ cucharada) de vinagre o jugo de limón -déjalo reposar 10 minutos.
- 1 cucharadita de semillas de comino/alcaravea (opcional)
 - *Condimentalo:* hazlo salado (agrega hierbas secas o queso) o dulce (añade especias para hornear, nueces y/o chocolate)
- $\frac{1}{2}$ taza de pasas, grosellas u otra fruta seca (opcional)

Materiales:

- Espacio libre en la encimera
- 2 bowls para mezclar- 1 grande + 1 pequeño
- Tazas y cucharas medidoras
- Cuchillo para mantequilla y tenedor
- Bandeja (engrasada o cubierta con papel pergamino)

Instrucciones:

1. Precalienta el horno a 400F y engrasa la bandeja o cúbrela con papel pergamino.
2. Mezcla la harina, el azúcar, la levadura, el bicarbonato y las semillas de comino/alcaravea (si las usas) en un bowl grande.

3. En un bowl pequeño, bate los huevos con el tenedor y mezcla el suero de leche (buttermilk) y la mantequilla derretida.
4. Añade los ingredientes líquidos en el bowl grande con los ingredientes secos y mézclalos bien. Mezcla bien la fruta seca (o cualquier otro añadido que estés usando) Si la masa está un poco húmeda para manejarla, ¡espolvorea las manos con harina para evitar que se pegue!
5. Enharina un mostrador o una mesa y divide la masa en dos fases (¡y elige un ayudante!) Convierte cada pieza en un círculo de 1 pulgada y córtalo en seis con un cuchillo de mantequilla enharinado.
6. Traspasa cada pedazo de scone en una bandeja para hornear engrasada o forrada.
7. Hornea durante 15 minutos (o hasta que se dore) y deja que se enfríe en la encimera o en la mesa. ¡Sirvelo tibio con mantequilla, mermelada y/o una taza de té!

Actividad/Preguntas para Debatir:

Las familias/los niños pueden debatir o escribir sobre:

- ¿Qué es un scone? ¿En qué países alrededor del mundo se hacen scones y cómo se diferencian en sabor, tamaño, forma, ingredientes y método de preparación?
- Los scones fueron una comida que se servía a bordo del *Titanic* porque requerían pocos ingredientes y podía ser cocinado para grandes masas.
 - ¿Puedes pensar en otras comidas que puedan cocinarse en grandes cantidades?
 - ¿Por qué son idóneos para hacerlos en masa?
- Investiga y lee sobre la vida de los pasajeros del Titanic y de la comida que se servía para ellos en “Food on The Titanic” de [titanicfacts.com](https://titanicfacts.net/food-on-the-titanic/)
 - ¿Qué clase de comida puedes preparar con algunos de los ingredientes mencionados?
 - ¿Hay algún alimento del que nunca hayas oído hablar? Si es así, investiga qué es y de qué parte del mundo origina.

Actividades de Extensión:

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

- Practica recetas “de escala”: usando tus conocimientos matemáticos, ajusta la receta con las correctas proporciones para diferentes tamaños o grupos: tu familia, tu clase, tu equipo de deportes o club, tu barrio, etc.
- Trabaja con tu familia para crear tu propia versión de la receta de Scone de arriba usando ingredientes que hablen de la identidad de tu familia y de sus sabores favoritos. Entrevista individualmente a miembros de tu familia a medida que desarrollas vuestra receta y escribe una historia con la receta que incluya detalles sobre cada miembro de la familia. ¡Asegúrate de tomar una foto del resultado final y comparte los scones con ellos (o, al menos, una foto)!

Esta clase fue escrita por Caitlin Arens, miembro del personal de Pilot Light y está inspirada en los años que ha pasado haciendo scones con su familia y en la Clase de Pilot Light [Titanic Proportions and Scaling](#)