

TEST Nº 8. LAS LEGUMBRES, PATATAS, SOPAS Y POTAJES. LAS GUARNICIONES.

1. Cada 100 gr de legumbres nos proporcionan:
 - a) Proteínas 12 gr.
 - b) Calorías 250.
 - c) Grasas 10-13 gr.
 - d) Glúcidos 61 gr.

2. La judía de arroz es:
 - a) De pequeño tamaño, similar al del guisante, de color pardusco-verde.
 - b) Es un tipo de judía de pequeño tamaño y muy redonda, su color es rojo.
 - c) Un fréjol de ojos negros.
 - d) Es un tipo de judía común de gran tamaño, blanca-crema, aplastada.

3. La patata contiene:
 - a) Especialmente lípidos, en forma de almidón y fécula, y algunas vitaminas.
 - b) Especialmente hidratos de carbono, en forma de almidón y fécula, y algunas vitaminas.
 - c) Especialmente glúcidos, fécula y algunas vitaminas.
 - d) Agua y algunas vitaminas.

4. Las patatas tempranas son:
 - a) Amarillas o naranjas con piel muy gruesa.
 - b) Amarillas o rojas; con piel muy gruesa; de buena calidad; aplicables para todos los métodos de cocinado.
 - c) Blancas o amarillas; de aspecto translucido; piel muy fina; resistentes a la cocción; poco apropiadas para purés.
 - d) Amarillas o rojas; de piel gruesa; de mediocre calidad generalmente.

5. Las patatas, denominadas también a la española, que son cortadas de forma irregular, en tiras aproximadamente 5-6 cm de largo y 1 cm, también aprox., de ancho, que pueden previamente blanquearse y después se doran, reciben el nombre de.
 - a) Patatas cerilla.
 - b) Patatas batalla.
 - c) Patatas bastón.
 - d) Patatas avellana.

6. ¿Tardarán mucho tiempo en cocerse las patatas en salsa de tomate?
- No, se cuecen antes que en agua.
 - Se endurecen por la acción de los ácidos.
 - No influye en nada el tipo de cocción
 - Se convierten en puré.
7. ¿Cómo se elaboran las patatas risoladas?
- Se cortan y se fríen.
 - Se doran en el horno.
 - Se asan enteras (con piel) en el horno.
 - Es un puré que se gratina.
8. Para evitar que las patatas, una vez peladas, se oxiden y se pongan negras, se introducirán en:
- Zumo de limón.
 - Agua salada con un chorro de vino blanco.
 - Agua.
 - Agua con unas gotas de aceite.
9. En las legumbres secas el contenido máximo de humedad es del:
- 10 por 100.
 - 25 por 100.
 - 35 por 100.
 - 15 por 100.
10. La denominación genérica de “legumbres secas” se aplica a:
- Las semillas secas, limpias y sanas y separadas de la vaina, procedentes de plantas de la familia de las leguminosas o afines.
 - Las semillas secas, sucias y sanas y no necesariamente separadas de la vaina, procedentes de la familia de las leguminosas o afines.
 - Las semillas secas, limpias y sanas y separadas de la vaina, procedentes de plantas de la familia de las leguminosas.
 - Las semillas secas, limpias y sanas, sin separadas de la vaina, procedentes de plantas de la familia de las leguminosas.
11. Los purés y harinas de legumbres deberán contener, como mínimo:
- Un 30 por 100 de proteínas.
 - Un 20 por 100 de proteínas.
 - Un 10 por 100 de proteínas.
 - Un 40 por 100 de proteínas.

12. Antes de pasar al consumo humano las legumbres secas pasan por:
- a) La recolección, la limpieza de granos, eliminación de granos con defectos, manchados o atacados por insectos.
 - b) La recolección, limpieza de los granos, desinsectación y eliminación de granos con defectos o manchados.
 - c) La recolección, separados de la vaina, limpieza de los granos, eliminación de granos con defectos, manchados o atacados por insectos.
 - d) La recolección, separación de la vaina, limpieza de los granos, desinsectación, eliminación de granos con defectos, manchados o atacados por insectos.
13. Para la preparación de las legumbres, las lavaremos muy cuidadosamente y desecharemos los granos:
- a) Que no flotan en la superficie del agua.
 - b) Que flotan en la superficie del agua.
 - c) Que se quedan en el fondo.
 - d) Ninguna de las anteriores.
14. Cada 100 gr de legumbres proporcionan alrededor de:
- a) 150 calorías.
 - b) 250 calorías.
 - c) 350 calorías.
 - d) 450 calorías.
15. El guiso que se elabora en una olla o pote y a los que, optativamente, se incluyen diferentes elementos nutricionales como hortalizas, cereales, carnes, chacinas y embutidos se denomina:
- a) Potaje.
 - b) Guiso español.
 - c) Caldo denso.
 - d) Puchero.
16. Marca la afirmación incorrecta:
- a) En muchas de las regiones se conoce como potaje a los guisos cuyo elemento principal son los cereales en general o alguno de ellos en particular.
 - b) A diferencia de los franceses, los potajes españoles son menos sólidos en cuanto a contenido e inclusive variedad.
 - c) En general los potajes han sido clasificados como guisos de alto poder nutricional.
 - d) Los potajes se han constituido como plato preferencial y único, con independencia de que por motivos de su variado contenido se canalice en dos platos.

17. Se llama salsa crema a aquella:
- En la cual el puré de patatas sea el elemento principal que le dé tanto sabor como textura.
 - En la cual la crema o nata conjuntamente con otro tipo de espesante le dé tanto sabor como textura.
 - En la cual un espesante de cualquier tipo le da tanto sabor como textura.
 - En la cual la crema o nata sea el elemento principal que le dé tanto sabor como textura.
18. Al caldo de pescado obtenido por medio de su cocción, y los caldos resultantes de productos de notables matices aromáticos, como es el caso de las trufas, colmenillas, etc., se le llama:
- Fondo Blanco.
 - Fondo Oscuro o jugo.
 - Fumet.
 - Gachuela.
19. Los caldos resultantes de la cocción de las carnes, posteriormente, reducidos en el fuego para conseguir un mayor grado de sabor, concentración y aromas, se denominan:
- Sopa.
 - Crema.
 - Consomé.
 - Base.
20. En León es costumbre realizar la siguiente variación a la hora de cocinar la sopa de ajo, que consiste en que:
- El huevo se añade batido mezclándolo con la sopa.
 - Los ajos se doran enteros y después se majan en un mortero con el pimentón y un poco de aceite, añadiéndolo posteriormente a la sopa.
 - Se sustituye el jamón o chorizo por trucha, limpia y troceada.
 - Se elabora un sofrito con el ajo, el aceite y el pimentón, que se moja con el caldo, se cuece y se cuele, y con este caldo se elabora la sopa.
21. Los ñoquis se elaboran a partir de puré de patatas, y sin embargo no se encuadran entre los purés que se sirven como aparejo o guarnición. ¿Por qué?
- Porque quedan encuadrados en las pastas alimenticias.
 - Porque se sirven generalmente con salsa de tomate.
 - Porque constituyen un plato por sí mismos.
 - Las respuestas a y c son correctas.

22. Señale cuál de las siguientes cremas no puede considerarse una crema blanca
- Argentuil.
 - Parmentier.
 - Vichissoise.
 - Solferino.
23. La palabra “*bisque*”:
- Cuando se usa sola, designa a la crema de cangrejos.
 - Es la denominación general de aquellas cremas que usan como ligazón el roux.
 - Es el nombre de un tipo de crema de setas.
 - Designa una sopa con pasta y almejas o crustáceos de concha.
24. La base de la crema Conté es/son:
- El pescado de roca, especialmente el rape.
 - Las judías pintas.
 - Los tirabeques.
 - El caldo de carne de caza.
25. Parmentier, Duquesa, delfín, Marquesa... son denominaciones de platos elaborados a base de:
- Legumbres previamente cocinadas para otro plato.
 - Setas (funghi).
 - Puré de guisantes u otras hortalizas verdes.
 - Puré de patatas.
26. Las cremas frías:
- Incluyen las confeccionadas con los ingredientes cocinados, posteriormente servidas frías, como la Vichyssoise.
 - Son las confeccionadas en frío con ingredientes en crudo, como el gazpacho.
 - Incluyen, entre otras, la porra y el ajo blanco.
 - Todas son correctas.
27. Las patatas amarillas o rojas; de piel gruesa; de peor calidad, generalmente, con localización de lugar de producción importante en León, Burgos y Lugo, son:
- Extrat tempranas.
 - Tempranas.
 - De media estación.
 - Tardías.

28. Se cortan en tiras de 3 mm de ancho y unos 4-5 cm de largo. Estas patatas admiten un blanqueado previo y posteriormente el dorado o fritura final. Este tipo de corte de patatas se llama:
- Bastón.
 - Paja.
 - Miñonetas.
 - Brunoise.
29. El término Duquesa se refiere a:
- Un puré de patatas bien seco al que se le añade un tercio de paté à choux.
 - La elaboración que consiste en las patatas cortadas a cuadros, cocidas en un caldo de cebollas, ajos picados y tomate concassé.
 - Una vez peladas las patatas, de tamaño mediano, se vacían y rellenan con carne de salchicha, se espolvorean con pan rallado y se cuecen al horno. Se sirven con un poco de salsa medio glasa.
 - Un puré seco de patatas al que se añaden yemas de huevo y mantequilla.
30. De las siguientes elaboraciones con la patata, señala cuál no usa la fritura como método principal de cocción:
- La patata paja.
 - La patata cerilla.
 - La patata risolada.
 - La patata torneada.
31. El “*farfalle*” es un tipo de pasta:
- Tubular de unos 5-7 cm.
 - Redonda de un cm de diámetro.
 - Servida en trozoa rellenos de forma rectangular y cuadrada.
 - Plana, con forma de lazo pegado a su centro y cortada en forma de picos.
32. Las patatas deben conservarse:
- En lugares oscuros y cerrados.
 - En ambientes húmedos y amontonadas.
 - Por encima de los 6° C y ventiladas.
 - En lugares con luz directa.
33. ¿Qué complemento llevan las patatas Lionesas?
- Ajos y perejil.
 - Cebolla frita sudada.
 - Puerros y crema de leche.
 - Sólo perejil picado.

34. Una patata blanca o amarilla de piel muy fina, resistente a la cocción, de aspecto traslúcido es:
- Extratempрана.
 - Temprana.
 - Tardía.
 - De media estación.
35. ¿Por qué al cortar patatas en cachelos hay que quebrar o romper por el corte?
- Quedan más estéticas en la presentación.
 - Sueltan mejor su fécula.
 - De esta forma no se encallan o endurecen.
 - Cunde más el trabajo al cortarlas.
36. Las patatas tienen una elevada proporción de:
- Materias minerales.
 - Almidón.
 - Vitaminas y minerales.
 - Proteínas y agua.
37. Para el corte de patatas “Puente Nuevo” lo haremos con una forma de:
- En dados pequeños.
 - Largas, de buen tamaño.
 - En forma de pelota de rugby.
 - Redondas, como pequeñas ciruelas.
38. Los huevos clasificados como supergrandes o XL serán los que superen en peso unitario de:
- 73 gr.
 - 83 gr.
 - 63 gr.
 - 75 gr.
39. ¿Qué legumbre utilizaremos para confeccionar el “*hummus*”?
- La soja.
 - la lenteja.
 - Los guisantes.
 - Los garbanzos.
40. ¿Cuál de las siguientes es una guarnición compuesta?
- Arroz pilaw.
 - Patatas soufflés.
 - Panache de verduras.
 - Zanahorias Vichy.

41. El garbanzo de pequeño tamaño y forma casi redonda que se cultiva en Andalucía y las dos Castillas se denomina:
- a) Garbanzo castellano.
 - b) Garbanzo blanco lechoso.
 - c) Garbanzo Chamad.
 - d) Garbanzo Pedrosillano.
42. ¿Cuál de los siguientes no es un nombre propio de patatas?
- a) Patata Desireé.
 - b) Patata Duroc.
 - c) Patata King Edward.
 - d) Patata Craig royal.
43. ¿Qué ingrediente de la Clari es el que recoge las impurezas del consomé?
- a) El tomate.
 - b) El bouquet garni.
 - c) La clara de huevo.
 - d) El apio.
44. ¿Cuál de estas cremas no se considera crema fría?
- a) Gazpacho andaluz.
 - b) Ajo blanco malagueño.
 - c) Crema Essau.
 - d) Vihyssoise.
45. La guarnición compuesta que utiliza costrones de pan frito, huevo duro, alcaparras, limón pelado, patatas al vapor, se denomina:
- a) Bella molinera.
 - b) Cardenal.
 - c) Nicoise.
 - d) Grenoble.
46. ¿Qué ingrediente de los siguientes caracteriza a la guarnición “Bretona”?
- a) Zanahoria.
 - b) Coliflor.
 - c) Judía blanca.
 - d) Foie gras.

47. ¿Qué nombre recibe la guarnición cuyo ingrediente principal es el guisante?

- a) Parmentier.
- b) Solferino.
- c) Cellery.
- d) Saint-Germain.

48. Entre los siguientes potajes, cuál es el típico de Cataluña?

- a) Cocido montañés.
- b) Escudella.
- c) Olla podrida.
- d) Cocido Maragato.

49. ¿Qué legumbre utilizaremos para un cocido montañés?

- a) Garbanzos.
- b) Alubia pinta.
- c) Alubia Blanca.
- d) Alubia Roja.

50. De las siguientes sopas, ¿cuál es de pescado?

- a) Sopa minestrone.
- b) Sopa castellana.
- c) Ox-tail soup.
- d) Sopa al cuarto de hora.

Academia
Irigoyen
version 3.0

**SOLUCIONES TEST N° 8. LAS LEGUMBRES, PATATAS, SOPAS Y POTAJES.
LAS GUARNICIONES.**

- | | |
|--------|--------|
| 1. d) | 26. d) |
| 2. a) | 27. d) |
| 3. b) | 28. a) |
| 4. c) | 29. d) |
| 5. b) | 30. d) |
| 6. b) | 31. d) |
| 7. b) | 32. c) |
| 8. c) | 33. b) |
| 9. d) | 34. a) |
| 10. c) | 35. c) |
| 11. b) | 36. b) |
| 12. a) | 37. b) |
| 13. b) | 38. a) |
| 14. c) | 39. d) |
| 15. a) | 40. c) |
| 16. b) | 41. d) |
| 17. d) | 42. b) |
| 18. c) | 43. c) |
| 19. c) | 44. c) |
| 20. c) | 45. d) |
| 21. d) | 46. c) |
| 22. d) | 47. d) |
| 23. a) | 48. b) |
| 24. b) | 49. c) |
| 25. d) | 50. d) |

Academia
Irigoyen
version 3.0