La cocción de los alimentos

1· *Elige el proceso que se utiliza en la cocción·*

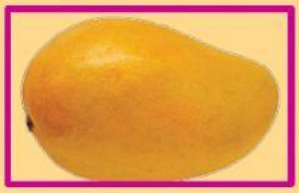
- Exposición al frío.
- Exposición al calor.
- Exposición al aire.
- Exposición a la humedad.

2· *Coloca una V a los círculos en los que aparezcan acciones referentes a las ventajas de la cocción·*

- ( ) Facilita la digestión de los alimentos.
- ( ) Acelera la descomposiciones de los alimentos.
- ( ) Mejora el sabor de los alimentos y los hace más apetitosos.
- ( ) Previene enfermedades al evitar el desarrollo de microbios.
- ( ) Retarda la descomposición de los alimentos.
- ( ) Cambia la consistencia, los hace más duros.

3· *Observa con atención cada grupo de alimentos y elige aquel que necesaita de cocción para poder consumirse·*

A)



B)

C)

4· *Escribe el nombre de la forma de cocción que se usa en cada caso·*

asar *cocer al vapor* *freír* *hornear* *hervir*