

**BACCALaurÉAT PROFESSIONNEL**

**ÉPREUVE ORALE SPÉCIFIQUE – ESPAGNOL**

**DNL**

**CUISINE  
COMMERCIALISATION ET SERVICES EN RESTAURATION**

**SECTION EUROPÉENNE  
DURÉE DE L'ÉPREUVE : 20 minutes**

*La calculatrice et le dictionnaire ne sont pas autorisés.*

**SUJET 1**

**Orientaciones para el comentario**

Enumera las ventajas del “trash cooking”.

**Tarea**

Te quedan “sobras” de verduras, ¿cómo puedes integrarlas en la preparación de un plato?

**Vocabulario:**

- (1) **Las sobras** : *les restes*
- (2) **El despilfarro** : *le gaspillage*
- (3) **Desechado/a** : *rejeté, écarté*
- (4) **Tempura** : *beignets*

## El 'trash cooking' o una vieja nueva moda en los fogones

Si le preguntases a una persona mayor sobre si conoce el término 'trash cooking', seguramente la respuesta sería que no. Sin embargo, pese a que ahora se conoce con este anglicismo, esta moda gastronómica es un clásico en los fogones españoles, el tradicional arte de cocinar con '**sobras (1)**'.



¿Cuántas veces has oído decir a tu abuela que en la cocina no se tira nada o que con la comida no se juega? Una frase muy repetida, pero que no se cumple. Solo en 2017, las familias españolas tiraron 604 millones de kilos de alimentos y bebidas. Por eso ante este **despilfarro (2)** de comida, esta tendencia de cocina de aprovechamiento viene pisando fuerte, unida a la búsqueda de una vida más ecológica y saludable.

Además, aplicar algunas de estas recetas puede ser un valor añadido para tu salud, ya que las partes con más nutrientes de los alimentos son **desechadas (3)** (...).

Estas son solo algunas de las ideas para que aproveches todos los alimentos y consigas platos nutritivos y diferentes:

- 'Chips' de peladuras. La piel de la patata, el calabacín o la berenjena pueden convertirse en el aperitivo perfecto. Tras limpiarlas bien para retirar las posibles impurezas, se fríen en aceite y consigues unas chips naturales que son el 'snack' ideal.
- Crujientes de ave. Las pieles de ave, que normalmente irían directamente a la basura, se pueden preparar en "**tempura**" (4), una fritura rápida típica de la cocina japonesa. Así quedan crujientes y serán perfectas para servir como acompañante.
- Hojas de zanahoria. Aunque su consumo no es muy habitual, las hojas de la zanahoria también son comestibles, son ricas en vitamina K, que falta en la zanahoria en sí, y tienen propiedades depurativas. Además, son muy versátiles. Pueden utilizarse picadas en ensalada, como aliño en una vinagreta o con ajo, como infusión, cocinadas y salteadas o en tortilla. (...)

<https://www.heraldo.es>, 12/04/2018