

Para las mentes creativas

La sección educativa “Para las mentes creativas” puede ser fotocopiada o impresa de nuestra página del Web por el propietario de este libro para usos educacionales o no comerciales. “Actividades educativas” extra curriculares, pruebas interactivas, e información adicional están disponibles en línea. Visite www.ArbordalePublishing.com y haga “clic” en la portada del libro y encontrará todos los materiales adicionales.

El maíz: de la planta a la mesa

La gente en el área que conocemos como México y Centro América han estado cultivando maíz por más de cinco mil años. Ellos crearon el maíz reproduciendo dos plantas diferentes. Incluso hoy, el maíz es una parte importante de la dieta y la cultura en esta parte del mundo.

Anteriormente, la gente solamente podía comer los tipos de comida que crecían cerca de donde vivían o de animales de los alrededores. Ahora, podemos cultivar plantas en todo el mundo plantando semillas, utilizando sistemas de irrigación, o utilizando invernaderos. Los transportes modernos como los barcos, trenes, camiones, y aviones nos ayudan a obtener la comida de otras partes del mundo.

Algunas veces nosotros comemos las semillas o la fruta de la planta así como las cultivamos, (las manzanas, las fresas, o las zanahorias). O, solamente podemos comernos una parte de la planta como el tallo (el apio), las hojas (la lechuga), o la flor (el brócoli). Nosotros también podemos prepararlas antes de comerlas (la mazorca). Algunas veces, los granos (como los del maíz) se muelen (en harina o harina de maíz) y son utilizados para hacer otros tipos de comida que nos comemos.

¿Puedes emparejar algunas maneras en las que comemos el maíz? ¿Cómo crees que el maíz fue preparado para hacer estas comidas?

1. Tortillas
2. Palomitas de maíz
3. Mazorca
4. Papitas
5. Pan de maíz
6. Algunos cereales
7. Frituras de maíz

a.



b.



c.



e.



g.



f.



d.



Respuestas: 1d; 2a; 3e; 4f; 5g; 6c; 7b



Vocabulario Español/Inglés

¿Puedes emparejar la palabra en Español con la definición de la palabra en Inglés y el dibujo? Las respuestas están al revés en el inferior de la página.

1. *Tortillas*



a. Dough

2. *Mis amigos*



b. Rest time during the heat of the day

3. *Yo no*



c. Not I

4. *Metate*



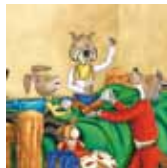
d. A press to flatten the ball of dough

5. *La masa*



e. A flatbread traditionally made out of corn but sometimes out of wheat

6. *Siesta*



f. Friends

7. *Tortillera*



g. A stone used to grind corn using a pestle, a mortar

Respuestas: 1e; 2f; 3c; 4g; 5a; 6b; 7d



Haciendo tortillas

La palabra tortilla viene de la palabra española “torta”, que significa “pastel redondo”. Cuando los españoles llegaron a México en el siglo dieciséis, encontraron a los Aztecas haciendo y comiendo una comida muy inusual – maíz. Algunas veces, el maíz era formado en pequeños pasteles a lo que los españoles llamaban tortillas.

El día de hoy, algunas personas todavía hacen tortillas como en el principio, muy semejante a como los Indios Mexicanos alguna vez las hicieron y también como el burro hace sus tortillas en este libro.

Tú también puedes hacer tortillas. Puedes comprar la harina de maíz especial, llamada maseca, en una tienda de víveres o en una tienda Mexicana. Maseca se hace

tal y como el burro la hizo en la historia, cocinando el maíz con un poquito de lima (no la lima que es fruta, pero una lima especial que proviene de la quema de la piedra caliza). Entonces, se enjuaga, se seca y se muele hasta convertirse en harina para nuestro uso.

Lo que necesitarás para hacer 8 tortillas:

1 taza de maseca
1 cucharada de aceite de maíz o vegetal (opcional)
 $\frac{3}{4}$ de taza de agua caliente
tazón para mezclar y una cuchara o batidora
toallas húmedas

papel encerado
rodillo
un sartén o un comal
espátula

En un recipiente grande, mezcla la maseca, el aceite, si lo usas (esto no es tradicional pero puede ayudar a mantener las tortillas integradas mientras las amasas) y el agua.

Mézlalos hasta que la masa esté suave y se forme una bola de masa – alrededor de dos o tres minutos. La masa deberá estar suave pero no demasiado pegajosa.

Divide la masa en 8 bolitas y cúbrelas con la toalla húmeda para evitar que se sequen.

Corta dos pedazos cuadrados de papel encerado. Coloca las bolitas de masa, una por una, entre las dos hojas y usa el rodillo para darles forma de círculo (lo mejor que puedas).

Con la ayuda de un adulto, cocínalas en un sartén o comal muy caliente. Utiliza tu espátula para voltear la tortilla cada 15 ó 20 segundos hasta que esté cocida (color café claro). Envuelve las tortillas cocidas en una toalla pequeña o trapo para mantenerlas calientes y prevenir que se sequen.

