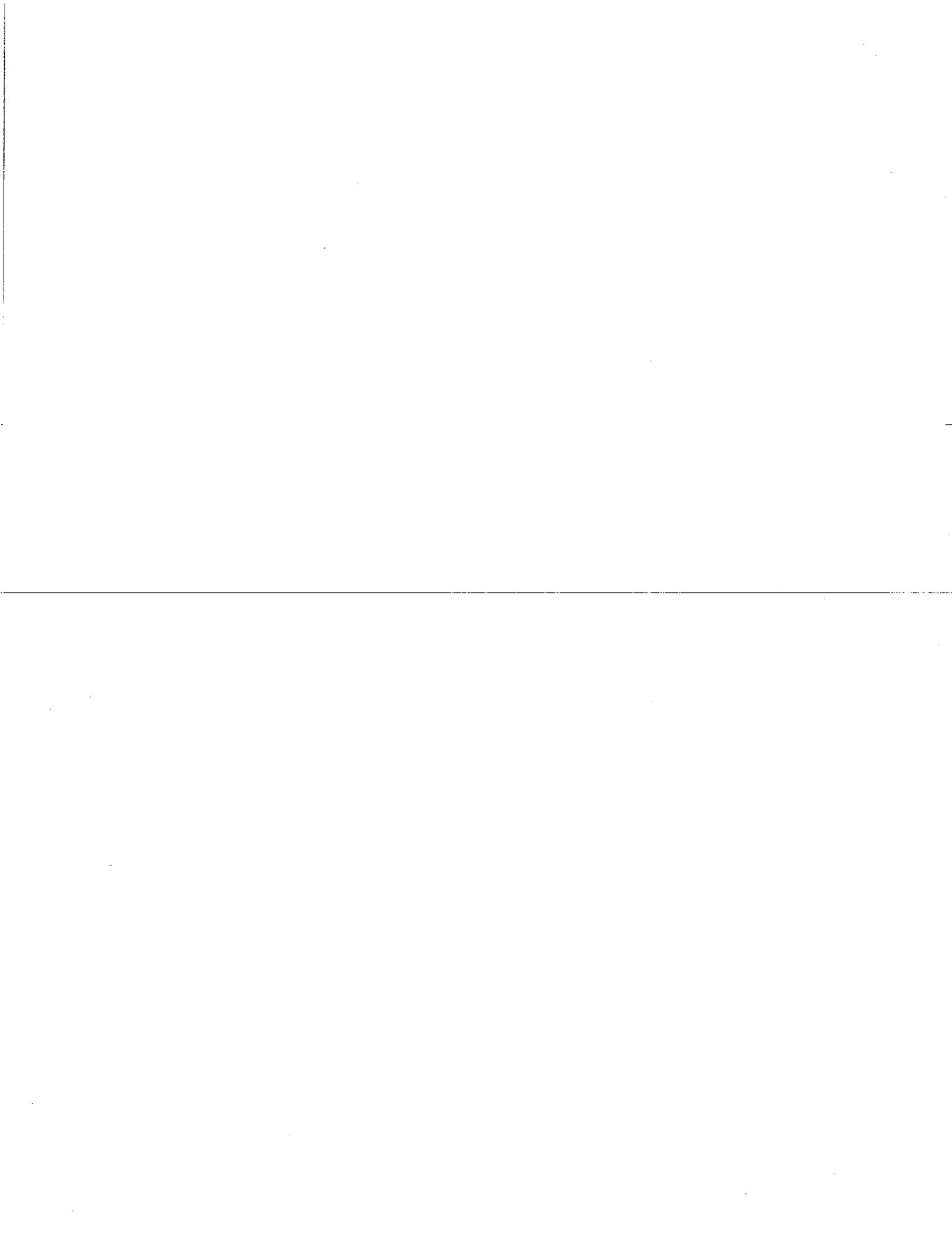


Examen de Lavaplatos

Score 7 / 10

702

- 1) ¿Después de lavarse las manos, que se debe utilizar para secarlas?
 a) Delantal limpio
 b) Paño de limpiar desinfectado
 c) Toalla de papel
 d) Paño de uso común
- 2) ¿Cuándo está lavando platos a mano, que debe tener puesto?
 a) Guante de corte
 b) Guante de horno
 c) Guante de goma
 d) Nada
- 3) ¿Cuándo debes de lavar tus manos?
 a) Antes de empezar el trabajo
 b) Despues de tocar artículos no de alimento (basura, dinero, químicos)
 c) Despues de usar el baño
 d) Todo lo de arriba
- 4) Si necesitas mover algo pesado, es mejor EMPUJAR que JALAR el objeto pesado.
 a) Cierto
 b) Falso
- 5) ¿Cuál de las siguientes podría presentar riesgo de quemarse?
 a) Vapor de una olla hirviendo
 b) Líquidos calientes (café, sopa, té)
 c) Equipo caliente (horno, ollas, etc.)
 d) Químicos duros
 e) Todo lo de arriba
- 6) Todas heridas relacionadas al trabajo, accidentes o enfermedades se deben reportar inmediatamente a el supervisor.
 a) Cierto
 b) Falso
- 7) ¿Qué haces si se te escurre líquido o encuentras líquido escurrido?
 a) Dejarlo para que alguien mas lo limpie
 b) Esperar hasta el final de tu día para limpiarlo
 c) Marcarlo y limpiarlo inmediatamente
 d) Marcarlo y dejarlo para que alguien mas lo limpie
- 8) ¿Qué se debe hacer cuando está manejando cosas calientes?
 a) Usar guantes de goma
 b) No es necesario usar nada especial
 c) Usar un guante de horno or toalla gruesa
 d) Usar parte de tu ropa
- 9) Si está usando un lavabo de tres compartimientos, para que se usa el segundo compartimiento?
 a) Enjuagando
 b) Raspando
 c) Lavando
 d) Desinfectando
- 10) ¿Cuál es el método apropiado para limpiar y desinfectar equipo estacionario?
 a) Regar con una solución de limpieza fuerte y secar con un paño desinfectado
 b) Regar con una solución desinfectante, luego enjuagar con agua limpia y secar
 c) Lavar y enjuagar, luego secar y regar con una solución desinfectante
 d) Sacudir tierra suelta con un paño limpio, luego limpiar con una solución desinfectante



Opción múltiple (1 punto cada uno)

- _____ 1) Un galón es igual a _____ onzas
a. 56
b. 145
c. 32
 d. 128
- _____ 2) ¿Mesclun son qué tipo de vegetal?
a. Raíces
b. Frijoles
 c. Ensalada Verde
d. Especies
- _____ 3) ¿Qué significa el término cocinar a fuego lento?
a. Sosar rápidamente de los dos lados
 b. Cocinar despacio en un sartén tapado con un poco de líquido
c. Cocinar a fuego alto y rápidamente
d. Cocinar en agua hirviendo lentamente
- _____ 4) ¿A que temperatura interna debe cocinar pollo para que sea sano comer?
a. 155 grados F
 b. 165 grados F
c. 175 grados F
d. 185 grados F
- _____ 5) ¿Cómo se hacen las verduras blanche?
 a. Sumergir unos instantes en agua hirviendo
b. Cocinar ligeramente en mantequilla a fuego medio
c. Remojar en agua fría durante la noche
d. Frotar con sal antes de cocinar
- _____ 6) ¿Cuál de los siguientes ingredientes comprimirías antes de medir?
a. Aceite de oliva
b. Sal
 c. Azúcar morena
d. Azúcar blanco
- _____ 7) ¿Qué es Al Dente?
 a. Firme, pero no duro
b. Suave al tocar
c. Muy duro
d. Muy suave
- _____ 8) El alimento se debe dejar fuera no mas de
 a. 2 horas
b. 3 horas
c. 4 horas
d. 5 horas



Examen de Cocinero

_____ 9) ¿Cuál es la manera incorrecta para descongelar alimentos congelados?

- a. En el refrigerador
- b. En un fregadero con agua fría
- c. En el mostrador
- d. En el microondas

_____ 10) ¿Cuál de los siguientes se puede utilizar para apagar un fuego de grasa?

- a. Bicarbonato de sodio
- b. Levadura en polvo
- c. Harina
- d. Agua

_____ 11) ¿Cuál es el rango de temperatura de la zona de peligro?

- a. 25-135
- b. 40-140
- c. 50-160
- d. 30-130

_____ 12) ¿Dónde se debe dejar la manija de un sartén mientras estas cocinando?

- a. Sobre el fuego
- b. Dado vuelta hacia usted para un mejor control
- c. Dado vuelta hacia la izquierda o derecha
- d. Siempre sobre la encimera

_____ 13) ¿Cuándo se escalfa algo, se cocina con qué?

- a. Fideos
- b. Verduras
- c. Líquido
- d. Aceite

_____ 14) ¿Cuál cuchara se usa para quitar la grasa de las sopas y guisados?

- a. Cuchara de hilván
- b. Cucharon
- c. Cuchara ranurada
- d. Cuchara de porción

_____ 15) ¿Cuál de los siguientes significa cocinar en una pequeña cantidad de grasa?

- a. Sazonar
- b. Saltear
- c. Asar
- d. Hervir
- e. Freír

_____ 16) ¿Qué significa corta a Julien?

- a. Comida cortada en tiras largas
- b. Comida cortada en tiras largas y luego bolteadas y cortado en cubitos
- c. Comida picada en cubitos chicos y uniformes
- d. Comida pelada y cortado en forma parecida a un balón de futbol americano.

_____ 17) ¿Cuál significa cocinar en un sartén en fuego bajo hasta que la comida suaviza y suelta humedad?

- a. Sudar
- b. Hervir
- c. Asar

Examen de Cocinero

Rellene el espacio en blanco (1 punto cada uno)

18) Sal & Pimienta son los ingredientes de sazonar básicos para cualquier receta

19) _____ : significa picar en pedazos pequeños cuando uniformidad de tamaño y forma no importan.

