

Examen de Cocinero

Score 14 / 20

Opción múltiple (1 punto cada uno)

- d 1) Un galón es igual a 128 onzas
a. 56
b. 145
c. 32
d. 128
- c 2) ¿Mesclun son qué tipo de vegetal?
a. Raíces
b. Frijoles
c. Ensalada Verde
d. Especies
- d 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
- b 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
- b 5) ¿Cómo se hacen las verduras blanque?
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
- c 6) ¿Cuál de los siguientes ingredientes comprimirías antes de medir?
a. Aceite de oliva
b. Sal
c. Azúcar morena
d. Azúcar blanco
- a 7) ¿Qué es Al Dente?
a. Firme, pero no duro
b. Suave al tocar
c. Muy duro
d. Muy suave
- d 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

C 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

4 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

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

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

C 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

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

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

b 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

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

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

A 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.



Examen de Cocinero

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

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

Rellene el espacio en blanco (1 punto cada uno)

18) Sebolla & Sal y ajo son los ingredientes de sazonar básicos para cualquier receta

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

2



- C 1) ¿Después de lavarse las manos, que se debe utilizar para secarlas?
- Delantal limpio
 - Paño de limpiar desinfectado
 - Toalla de papel
 - Paño de uso común

- a 2) ¿Cuándo está lavando platos a mano, que debe tener puesto?
- Guante de corte
 - Guante de horno
 - Guante de goma
 - Nada

- C 3) ¿Cuándo debes de lavar tus manos?
- Antes de empezar el trabajo
 - Después de tocar artículos no de alimento (basura, dinero, químicos)
 - Después de usar el baño
 - Todo lo de arriba

- a 4) Si necesitas mover algo pesado, es mejor EMPUJAR que JALAR el objeto pesado.
- Cierto
 - Falso

- b 5) ¿Cuál de las siguientes podría presentar riesgo de quemarse?
- Vapor de una olla hirviendo
 - Líquidos calientes (café, sopa, té)
 - Equipo caliente (horno, ollas, etc.)
 - Químicos duros
 - Todo lo de arriba

- a 6) Todas heridas relacionadas al trabajo, accidentes o enfermedades se deben reportar inmediatamente a el supervisor.
- Cierto
 - Falso

- C 7) ¿Qué haces si se te escure líquido o encuentras líquido escurrido?
- Dejarlo para que alguien mas lo limpie
 - Esperar hasta el final de tu día para limpiarlo
 - Marcarlo y limpiarlo inmediatamente
 - Marcarlo y dejarlo para que alguien mas lo limpie

- C 8) ¿Qué se debe hacer cuando está manejando cosas calientes?
- Usar guantes de goma
 - No es necesario usar nada especial
 - Usar un guante de horno or toalla gruesa
 - Usar parte de tu ropa

- b 9) ¿Si está usando un lavabo de tres compartimientos, para que se usa el segundo compartimiento?
- Enjuagando
 - Raspando
 - Lavando
 - Desinfectando

- b 10) ¿Cuál es el método apropiado para limpiar y desinfectar equipo estacionario?
- regar con una solución de limpieza fuerte y secar con un paño desinfectado
 - regar con una solución desinfectante, luego enjuagar con agua limpia y secar
 - Lavar y enjuagar, luego secar y regar con una solución desinfectante
 - Sacudir tiera suelta con un paño limpio, luego limpiar con una solución desinfectante

