

**Examen de Cocinero**

**Score / 20**

Opción múltiple (1 punto cada uno)

- d 1) Un galón es igual a \_\_\_\_\_ 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
- b 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
- c 4) ¿A que temperatura interna debe cocinar pollo para que sea sano comer? X  
a. 155 grados F  
b. 165 grados F  
c. 175 grados F  
d. 185 grados F
- a 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
- a 6) ¿Cuál de los siguientes ingredientes comprimirías antes de medir? X  
a. Aceite de oliva  
b. Sal  
c. Azúcar morena  
d. Azúcar blanco
- b 7) ¿Qué es Al Dente? X  
a. Firme, pero no duro  
b. Suave al tacto  
c. Muy duro  
d. Muy suave
- a 8) El alimento se debe dejar fuera no mas de X  
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

- 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?  X

- 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?  X

- 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

- 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?  X

- 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

Rellene el espacio en blanco (1 punto cada uno)

Examen de Cocinero

- 18) TACILO & HIERbas son los ingredientes de sazonar básicos para cualquier receta
- 19) PICAR: significa picar en pedazos pequeños cuando uniformidad de tamaño y forma no importan.

