

## ***Let's Get Cooking! ¡Vamos a cocinar!***

**Take this experience into your classroom:** How might I use the empanada cooking class to infuse culture and strengthen language skills in my classroom?

**Infuse culture through food into any lesson:** Well, maybe not any lesson, but most any semester and any textbook include a unit on food or shopping or daily or family life. The empanada cooking class raises a number of cultural topics that can be connected to any of these units:

- American contributions to world cuisine: bean, tomato, corn, potato, cacao, avocado, squash, pumpkin, papaya, pineapple, pecans, vanilla and coffee (among others).
- American contributions to agricultural production. For example, the Americas today produce two thirds of world coffee production. Ecuador is a major producer of cacao producing some 70% of the world's highest quality cacao. Peru exports nearly 500 tons of native potato a year with 4,000 varieties of native potatoes grown in the Andean highlands of Peru.
- The ways in which farmers in the Americas are innovating to care for the environment and each other. For example, Costa Rican coffee producers are pioneers in organic coffee production, the development of fair-trade cooperatives, and ecotourism.
- The impacts of Caribbean, Central and South American as well as Spanish cuisine on United States diet: from the Argentine or Chilean empanada, to the Mexican taco, Spanish ceviche and Peruvian roast chicken.
- Cultural practices of food and meals and how these are the same and different from the learner's experiences including mealtimes, meal preparation, and family/friend practices of sharing meals.

*Suggestion: Ask students to connect these food related contributions to their lives and perspectives and to compare and contrast to their experiences and understandings.*

**Strengthen language and grammar skills through food:** Share the cooking class and/or recipe for empanadas and grow and reinforce vocabulary and lexical variety around food preparation, practices and consumption. Use the empanada recipe to teach grammatical structures.

- At the beginning and intermediate levels, grow food vocabulary by adding less commonly taught words present in the recipe to essential vocabulary: *vinagre, canela, porotos negros enlatados, cuchara de madera, batir...*
- At any level of language learning, use the empanada recipe to discuss lexical variety and its connection to local and regional practices. Corn: *maíz* also called *elote* (Central American and Mexico) and *choclo* (South America including Argentina). Bean: *frijol* (Latin America), *judía* (Spain), *alubía* (Spain), *habichuela* (Andres, Caribbean, Spain), *poroto* (South Cone including Argentina), and *caraota* (Venezuela). Sweet potato: *camote* (Mexico, Chile, Costa Rica and Central America) and *batata* (Argentina, Venezuela, Puerto Rico, Dominican Republic)
- At the intermediate and advanced level of language learning, use the recipe to teach or reinforce commands. Recipes provide an excellent opportunity to practice commands. While it is common to use the *usted* form, ask students to identify the commands and replace them with *tú, ustedes, vosotros, and/or nosotros* forms.

- In the Spanish translation class or an advanced grammar class, ask students to translate the recipe. Ask them to translate the recipe from English using the commands form, then the passive voice (also commonly used for recipes in Spanish). Use this exercise to reinforce each grammar concept and illustrate the differences between the command form and passive voice. Share the Spanish translation and ask students to note and explain any differences in translation with their own translation.

*Suggestion: Ask students to share and compare their favorite recipes. Do their favorite foods and recipes include regional vocabulary and/or expressions? Use recipes to reinforce vocabulary for numbers (useful at any level of language learning).*

### **Teach a mini-lesson**

*Sample lesson.* Level: Intermediate I. Textbook: *Enfoques*. The “Let’s Get Cooking!” empanada recipe experience provides a cultural context for the presentation and practice of commands (*Enfoques* 4.2 p. 140-141) and a lesson in preparation for the cultural reading in the next chapter on “La ruta del café” (p. 172-173)

Learning Content: Formal (*Ud.* and *Uds.*) commands, familiar (*tú*) commands, *nosotros/as* commands.

Homework: Students read and practice the command forms as presented in *Enfoques* and through *Supersite*.

Class (in-person and/or remote):

1. Share the empanada recipe in Spanish in written form and/or prepare live or share recorded recipe. Alternative: share the recorded empanada video (or portion) then introduce the written translated empanada recipe.
2. Students identify command forms in the print version of the empanada recipe and identify the infinitives for each verb. Ask students to conjugate the infinitives to the other command forms studied in the lesson (*tú*, *Uds.*, and/or *nosotros/as*).
3. Connect the recipe to American contributions to world cuisine with a focus on the bean and corn. Share lexical variations of each word. Make note of Argentine vocabulary in the lesson: *poroto*, *batata*, *patata*, *choclo*, *palo de amasar...*
4. Play the video recorded recipe preparation with no sound asking students to provide commands in the *tú* form for each step of preparation while viewing.

Product:

Students record themselves preparing a favorite recipe or present a narrated PowerPoint and using the *tú* command form (3-5 min). Ask students to introduce the dish in their cultural context: why it is a favorite, when they eat this dish, what it tells others about themselves and/or their community. Share the videos in a Discussion Forum where classmates compare and contrast each other’s food practices and traditions.

### **Empanadas con relleno de porotos negros, batata y choclo**

## LISTA DE INGREDIENTES/COMPRAS

Para la masa:

- 2 1/4 tazas de harina para todo uso sin blanquear
- 1 1/2 cucharaditas de sal
- 1 barra (1/2 taza) de mantequilla FRÍA sin sal, **cortada en cubos de 1/2 pulgada**
- 1 huevo grande
- 1/3 taza de agua helada
- 1 cucharada de vinagre blanco destilado
- RESERVADO: Lavado de huevo: 1 huevo, ligeramente batido con 1 cucharada de agua

Para el relleno de batata y porotos negros:

- 2 batatas medianas, **PRE-HORNADAS Y PELADAS**
- 1/2 taza de porotos negros enlatados, escurridos
- 1/2 taza de choclo (enlatado o congelado está bien, pero si usa choclo fresco, cocínelo previamente y quitar los granos de la mazorca)
- jugo de 2 limones
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de comino
- ½ cucharadita de orégano
- ½ cucharadita de canela
- OPCIONAL: pizca de pimienta de cayena u hojuelas de pimienta rojo

### EQUIPO SUGERIDO

- 1 bandeja para hornear extra grande o 2 de tamaño normal
- Un palo de amasar
- \*\* Papel manteca o lámina de silicona \*\*: **muy importante a menos que esté usando una bandeja antiadherente para hornear!**
- Envoltura de plástico
- Una espátula de goma (o cuchara de madera)
- Un colador o un colador de malla.
- Un tazón grande
- 2 tazones medianos
- Un cuchillo o un raspador para dividir la masa.

### RECETA - Empanadas

*Prepara 12*

Para la masa:

- 2 1/4 tazas de harina para todo uso sin blanquear
- 1 1/2 cucharaditas de sal
- 1 barra (1/2 taza) de mantequilla fría sin sal, cortada en cubos de 1/2 pulgada
- 1 huevo grande
- 1/3 taza de agua helada

- 1 cucharada de vinagre blanco destilado
- RESERVADO: Lavado de huevo: 1 huevo, ligeramente batido con 1 cucharada de agua

Para el relleno de batata y porotos negros: (las ideas para otros rellenos se pueden encontrar a continuación)

- 2 batatas medianas, PRE-HORNEADAS Y PELADAS
- 1/2 taza de porotos negros enlatados, escurridos
- 1/2 taza de choclo (en lata está bien, pero si usa choclo fresco, cocínelo previamente y retire los granos de la mazorca)
- jugo de 2 limones
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de comino
- ½ cucharadita de orégano
- ½ cucharadita de canela
- OPCIONAL: pizca de pimienta de cayena u hojuelas de pimiento rojo

#### PREPARE LA MASA:

Tamice la harina con sal en un tazón grande y mezcle con la mantequilla con las yemas de los dedos o con una batidora de repostería hasta que la mezcla parezca una harina gruesa con algunos grumos de mantequilla (aproximadamente del tamaño de un guisante).

Bata el huevo, el agua y el vinagre en un tazón pequeño con un tenedor. Agregue a la mezcla de harina, revolviendo con un tenedor hasta que se incorpore. (La mezcla se verá grumosa). Coloque la mezcla sobre una superficie ligeramente enharinada, incorpore todo, luego amase suavemente con el talón de su mano una o dos veces, lo suficiente para juntar la masa. Forme la masa en un plano rectángulo y enfríe, envuelto en plástico, preferiblemente durante una hora.

#### HAGA EL RELLENO:

Mezcle la batata cocida y enfriada con hierbas y especias (y sal al gusto) en un tazón mediano. Agregue porotos negros y jugo de choclo y lima y revuelva suavemente.

#### FORME Y HORNEE LAS EMPANADAS:

Coloque las parrillas del horno en los tercios superior e inferior del horno y precaliente el horno a 400 ° F.

Cubra una bandeja para hornear con papel manteca.

Divida la masa en 12 piezas iguales y forme un disco con cada una. Manteniendo cubiertas las piezas restantes, extienda 1 pieza sobre una superficie ligeramente enharinada con un palo de amasar ligeramente enharinado en una pieza redonda de 5 pulgadas (alrededor de 1/8 de pulgada de grosor).

Coloque una cucharada colmada de relleno en el centro y doble la masa por la mitad, cubriendo el relleno. Presione los bordes para sellarlos, luego engarce decorativamente con los dedos o con los dientes de un tenedor. Transfiera la empanada a una bandeja para hornear. Haga 11 empanadas más de la misma manera, colocándolas en 2 bandejas para hornear.

Unte ligeramente las empanadas con un poco de huevo batido y hornee en los tercios superior e inferior del horno, cambiando la posición de las bandejas a la mitad del horneado, hasta que estén doradas, aproximadamente 25 minutos. Transfiera las empanadas a una rejilla para enfriar por lo menos 5 minutos. Sirva tibio o a temperatura ambiental.

### **Relleno alternativo - carne de res, patatas y arvejas**

- 1 patata grande, precocinada y pelada (al horno, microondas o hervida) y machacada con tenedor
- 3/4 libra de carne molida
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1/2 cebolla mediana, finamente picada
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de comino
- 1/2 cucharadita de canela
- 1/2 taza de arvejas congeladas (descongeladas)
- 3/4 taza de caldo de res o pollo
- sal y pimienta negra

Caliente el aceite de oliva en una sartén a fuego medio. Agregue la cebolla, la carne molida y 1/2 cucharadita de sal y pimienta, rompiendo la carne con el dorso de una cuchara de madera. Cocine, revolviendo con frecuencia, hasta que la carne esté bien cocida y las cebollas se ablanden.

Agregue el ajo en polvo, el comino, la canela y el caldo a la mezcla de carne y cebolla, salteando 1 minuto más hasta que las especias estén fragantes. Agregue las arvejas y cocine a fuego medio hasta que todo está bien incorporado y se ha absorbido la mayor parte del líquido. Sazone con sal y pimienta al gusto. Retire del fuego, enfríe durante 5 minutos y agregue la patata.

### **Relleno alternativo: espinaca, tomate y queso**

- 1 libra de espinacas frescas (u otra hoja verde)
- 2 dientes de ajo machacados
- 2 tomates, picados
- 1 cucharada de aceite de oliva extra virgen
- sal y pimienta negra
- OPCIONAL: ¾ taza de queso mozzarella, queso suizo o queso feta desmenuzado
- OPCIONAL: una pizca de hojuelas de pimienta roja

Caliente el aceite de oliva en una sartén honda a fuego medio. Agregue el ajo (y las hojuelas de pimiento rojo si se usan) y saltee hasta que estén doradas, aproximadamente 1 minuto. Agregue el tomate y cocine por 2 minutos, hasta que se ablanden. Agregue las espinacas y revuelva hasta que se ablanden y estén bien cocidas, aproximadamente 3 minutos. Transfiera a un colador sobre un tazón y enfríe para que el líquido se escurra. Sazone al gusto, agregue queso a la mezcla si lo desea.