
Solucionario de

ejercicios de autoevaluación

Ejercicios de autoevaluación

Unidad de Aprendizaje 1

1. La maquinaria es...

- a. ... un conjunto de utensilios o herramientas y mobiliario.
- b. ... un dispositivo que funciona a través del suministro de algún tipo de energía, bien eléctrica o gas.**
- c. ... un dispositivo de acción manual que funciona a través de la corriente eléctrica.
- d. ... un dispositivo que funciona a través del suministro de algún tipo de energía incluyendo herramientas y mobiliario.

2. ¿Qué es una cámara de refrigeración?

- a. Un generador de frío, de tamaño estándar y con escasa capacidad.
- b. Un generador de frío, de tamaño regulable y con gran capacidad.
- c. Es una instalación de frío en forma de habitáculo, bien de paneles desmontables o de bloque.**
- d. Dispositivo ideado para facilitar la regeneración de los productos mediante la aplicación directa de calor.

3. ¿Qué es una antecámara?

- a. Una pequeña instalación de frío independiente que se suele situar antes e la cámara frigorífica.
- b. Una cámara con frío propio, ideal para la conservación de frutas, verduras, conservas.
- c. Una cámara sin frío propio, ideal para la conservación de frutas, verduras, conservas.**
- d. Una habitación termoregulada de gran tamaño donde se realizan labores de preelaboración.

4. Un abatidor de temperatura se define como...

- a. ... una cámara de congelación muy rápida, capaz de descender la temperatura de un producto cocinado de forma rápida.
- b. ... un armario frigorífico más potente que permite bajar la temperatura de los alimentos y conservarlos en el interior durante más tiempo.
- c. ... un armario frigorífico que permite la bajada rápida de temperatura de los alimentos inmediatamente después de haber sido cocinados.**
- d. ... un generador de frío positivo, útil para el mantenimiento en frío a corto plazo.

5. El equipo de cocina...

- a. ... está compuesto por el personal que trabaja en la cocina.
- b. ... es el conjunto de maquinaria instalada en la cocina.
- c. ... es el conjunto de maquinaria y útiles empleados en la cocina.
- d. ... es el conjunto de mobiliario y útiles empleados en la cocina.**

6. El cuarto frío es...

- a. ... la denominada zona de cámaras.
- b. ... dentro de la zona de recepción de mercancías donde se preelaboran pescados, crustáceos y moluscos.
- c. ... la zona de la cocina más alejada de la cocina caliente.
- d. ... donde se preelaboran, entre otros alimentos, pescados, crustáceos y moluscos.**

7. El Plan de autocontrol se lleva a cabo a través de...

- a. ... un sistema de control opcional para las empresas de hostelería.
- b. ... la implantación de un plan de mantenimiento.
- c. ... la implantación de un Sistema de Análisis de Peligros y Puntos de Control Crítico (APPCC).**
- d. Ninguna opción es correcta.

8. Indica si las siguientes afirmaciones son verdaderas o falsas.

- a. Los armarios esterilizadores son unos armarios dotados de un sistema de desinfección por rayos ultravioletas, incluyen un imán para la adherencia de los cuchillos y una puerta de plástico transparente o cristal.

- Verdadero
- Falso

- b. Las cámaras pueden ser de refrigeración o de congelación, dependiendo esto de la configuración.

- Verdadero
- Falso

- c. Los congeladores no son máquinas destinadas a la congelación de alimentos, sino para la conservación de alimentos congelados. Su capacidad de frío no es suficiente para congelar los productos en el tiempo suficiente para que no sufran.

- Verdadero
- Falso

9. En torno a las mesas de trabajo, cuál o cuáles de los siguientes elementos no se recomienda por su dificultad de limpieza.

- a. Esquinas redondeadas.
- b. Superficie sin curvaturas o roturas.
- c. Tablas encastradas.**
- d. Incorporación de sistemas de frío.

10. Identifica cuál o cuáles de los siguientes criterios deben cumplir los cubos de basura dispuestos en las cocinas.

- a. Fabricados en material resistente.
- b. Disponer de apertura no manual.
- c. Incluir ruedas para facilitar el transporte.
- d. Todas las opciones son correctas.**

Ejercicios de autoevaluación

Unidad de Aprendizaje 2

1. En el diseño de una cocina hay que prestar atención principalmente...

- a. ... al tamaño de la sala, cuanto mayor sea mayor será el beneficio, la cocina y su distribución se ajustará al menor espacio posible.
- b. ... los circuitos de los alimentos, las zonas que comprende el local y su interrelación, la aplicación de los principios de higiene, la oferta culinaria y el tipo de servicio a realizar.**
- c. ... a la maquinaria que se ha de utilizar, estableciendo su localización de la manera más ajustada posible.
- d. Todas las opciones con correctas.

2. ¿Qué circuitos se estudiarán para la creación de la cocina?

- a. 4 circuitos: los proveedores, el personal, los clientes y las elaboraciones.
- b. 3 circuitos: la materia prima, el personal y los clientes.
- c. 4 circuitos: la materia prima, el personal, el lavado y almacenamiento de vajilla y útiles y eliminación de basuras.**
- d. 2 circuitos: la materia prima y personal.

3. ¿Qué tipo de flujo de funcionamiento es el mejor?

- a. Hacia adelante, porque la materia prima entra por una zona de la cocina y va avanzando hacia el destino final, el cliente, de forma que evita la contaminación cruzada.**
- b. La materia prima no tiene por qué seguir un flujo determinado, esto estará en función al tipo de materia prima.
- c. El flujo discontinuo, puesto que la materia prima se emplea a intervalos no consecutivos.
- d. Todas las opciones son incorrectas.

4. ¿Qué provoca una incorrección en la proporción de los espacios?

- a. Retraso en la realización de las tareas.
- b. Inadecuado control de la limpieza por existir espacios reducidos.

- c. Riesgos de contaminaciones cruzadas por falta de separación o invasión de zonas.
- d. Todas las opciones anteriores son correctas.**

5. Los factores que se tomarán en cuenta para la correcta ejecución del proyecto de local serán:

- a. Suelos, paredes y techos, iluminación, ventilación y extracción, acústica, instalaciones de agua, instalaciones eléctricas e instalaciones de gas.**
- b. Instalaciones de agua, instalaciones eléctricas e instalaciones de gas.
- c. Suelos, paredes y techos, iluminación, ventilación y extracción, instalaciones eléctricas e instalaciones de gas.
- d. Suelos, paredes y techos, iluminación, ventilación, acústica, instalaciones de agua e instalaciones de gas.

6. ¿Qué factores se deben tener en cuenta a la hora de elegir el suelo?

- a. Su color.
- b. La facilidad de limpieza.
- c. Su resistencia.
- d. Todas las opciones son correctas.**

7. Las temperaturas idóneas para las diferentes cámaras serán:

- a. Carnes y pescados 5 °C, verduras, huevos y semielaborados 10 °C, congelación 18 °C a 24 °C, cámaras mixtas 3 a 6 °C.
- b. Carnes y pescados de 0 a 3 °C, verduras, huevos y semielaborados 4 a 8 °C, congelación -18 °C a - 24 °C, cámaras mixtas 3 a 6 °C.**
- c. Carnes y pescados de -2 a 0 °C, verduras, huevos y semielaborados 10 a 12 °C, congelación -18 °C a - 24 °C, cámaras mixtas 3 a 6 °C.
- d. Carnes y pescados de 0 a 3 °C, verduras, huevos y semielaborados 4 a 8 °C, congelación -5 °C a -18 °C.

8. Indique la opción correcta con respecto al fraccionamiento de los pescados.

- a. Los pescados no fraccionados tienen menor tiempo de conservación por tener más superficie en contacto con el medio ambiente.
- b. Los pescados fraccionados tienen mayor tiempo de conservación. En el caso de conservar fraccionado es mejor acompañarlo de otra técnica, como el vacío o la congelación.
- c. Los pescados fraccionados no tienen conservación por tener más superficie en contacto con el medio ambiente, por tanto el pescado fraccionado hay que consumirlo de forma inmediata.
- d. Los pescados fraccionados tienen menor tiempo de conservación por tener más superficie en contacto con el medio ambiente. En el caso de conservar fraccionado es mejor acompañarlo de otra técnica, como el vacío o la congelación.**

9. Indica si las siguientes afirmaciones son verdaderas o falsas:

- a. Las fuentes de iluminación no pueden ser artificiales siempre han de ser naturales.
 - Verdadero
 - Falso

- b. El cuarto frío es considerado como el área de preparación de pescados y mariscos, entre otras materias primas.
 - Verdadero
 - Falso

10. El cuchillo puntilla es apropiado para procesos como:

- a. Apertura de las pinzas de bogavantes de gran formato.
- b. Corte de pescados de gran tamaño, permitiendo la rotura de espinas.
- c. Corte de agallas de pescados de tamaño pequeño.**
- d. Raspado de escamas.

Ejercicios de autoevaluación

Unidad de Aprendizaje 3

1. Entre las características nutricionales del pescado, se indica como correcto que:

- a. Los pescados marinos son ricos en yodo y cloro.
- b. Los pescados de agua dulce son ricos en potasio, fósforo y magnesio.
- c. Los pescados aportan proteínas de alto valor.
- d. Todas las opciones son correctas.**

2. Se indica como porcentaje graso máximo en los denominados pescados magros...

- a. ... el 2 %.**
- b. ... el 5 %.
- c. ... el 7 %.
- d. ... el 9 %.

3. ¿Cuál de los siguientes pescados muestran una piel viscosa y suave, cubiertos de una capa mucilaginosa?

- a. La merluza
- b. La dorada
- c. El cazón
- d. El rodaballo**

4. Identifica cuál de los siguientes pescados se clasifican como pescados magros.

- a. La merluza o el lenguado**
- b. El besugo o mero
- c. El atún y salmón
- d. La sardina y el bonito

5. Son pescados de agua dulce:

- a. La merluza y el lenguado
- b. La trucha y anguila**

- c. El mero y los salmonetes
- d. El rape

6. ¿Qué temperatura se indica como correcta para la conservación del pescado fresco?

- a. Entre -10 y -8 °C
- b. Entre 1 y 2 °C**
- c. Entre 4 y 7 °C
- d. Entre 8 y 12 °C

7. Para el ahumado en frío se indica como temperatura y tiempo de exposición:

- a. 12 horas con temperatura entre 15 y 25 °C.**
- b. 2 horas con temperaturas de entre 65 y 85 °C.
- c. 6 horas con temperatura de entre 1 y 3 °C.
- d. 24 horas con temperaturas de 75 °C.

8. En la actualidad, ¿qué especies son características en torno a su cría en acuíferos gallegos?

- a. El pulpo, el besugo o el lenguado, entre otros.**
- b. La dorada y la lubina.
- c. La almeja rayada.
- d. La trucha arcoíris y el esturión.

9. La piel y escamas de un pescado catalogado como fresco debe ser:

- a. Resbaladiza y suave**
- b. Rugosa y seca
- c. Sin escamas
- d. Escamas quebradizas que se desprenden sin esfuerzo.

10. Son indicativos de que un pescado no es fresco:

- a. Al cortar la espina no desprende sangre.**
- b. La cavidad abdominal será brillante y suave.

- c. La carne será firme y tensa, con color brillante y agradable.
- d. Las agallas serán de color rojo o rosa según la especie, suaves y resbaladizas.

Ejercicios de autoevaluación

Unidad de Aprendizaje 4

1. La hidratación de un producto consiste en...

- a. ... someter a un producto a la acción de un horno microondas.
- b. ... sumergir el producto secado, deshidratado o liofilizado en un líquido para devolverle las características iniciales.**
- c. ... sacar un producto de la bolsa recipiente donde viene para evitar malos olores.
- d. ... untar un producto de grasa para que se cocine mejor.

2. Cuando se habla de la oxigenación de un producto, se refiere a...

- a. ... abrir el envase en el que se ha conservado un producto y dejarlo airear durante un tiempo.**
- b. ... someter un producto a la acción de un horno microondas.
- c. ... introducir un producto en la máquina de vacío para introducirle oxígeno, a través de la válvula de regulación de entrada de gas.
- d. ... sumergir un producto en un líquido con el fin de recuperar su estado inicial.

3. En el caso de materias primas sin elaborar, la descongelación ha de realizarse...

- a. ... paulatinamente a una temperatura baja, es decir, todo el proceso se realizará en la cámara.**
- b. ... de la forma más rápida posible para evitar pérdida de nutrientes.
- c. ... en una pila con agua caliente o templada o en el microondas.
- d. ... en función a las necesidades, o en cámara lentamente o en una pila con agua corriente.

4. La regeneración de un producto salado se denomina:

- a. Fresco
- b. Desalado**
- c. Hidratado
- d. Liofilizado

5. Regenerar un producto por recalentamiento consiste en...

- a. ... la aplicación de calor sobre un producto conservado, por refrigeración o congelación, para ponerlo a punto para el servicio.**
- b. ... la aplicación de calor sobre un producto crudo, conservado por refrigeración o congelación, para ponerlo a punto para el servicio, a través del microondas.
- c. ... la aplicación de calor sobre un producto conservado, por refrigeración o congelación, para ponerlo a punto para el servicio, sumergiéndolo en agua caliente a 90 °C.
- d. ... un producto cocinado no se debe volver a recalentar nunca.

6. Establece de forma correcta el orden de ejecución de las tareas para la regeneración.

1. Confirmar la orden de trabajo de regeneración.
2. Localizar el puesto de trabajo, comprobar su limpieza.
3. Control de la maquinaria, herramientas y útiles que se pueden necesitar. Puesta en marcha de los mismos.
4. Revisión de los alimentos que se van a regenerar.
5. Necesidades de conservación posterior o ejecución de elaboraciones a partir de alimentos regenerados.
6. Regeneración del alimento.
7. Limpieza y orden de las instalaciones, maquinarias, útiles y herramientas.

7. La implantación de un sistema APPCC indica como necesario tras la identificación de los peligros:

- a. Adquirir materia prima de mayor calidad.
- b. Establecer medidas preventivas.**
- c. La eliminación del producto generado.
- d. Imponer una vigilancia efectiva.

8. ¿Qué temperatura se indica como más apropiada en torno al uso de armarios de regeneración de alimentos?

- a. Sistemas de aire no forzado a 105 °C**
- b. Sistemas de aire forzado a 138 °C
- c. Sistemas de vapor a 60 °C
- d. Sistemas de inducción a 180 °C.

9. En el recalentamiento de los alimentos se considera como temperatura crítica asociada a la proliferación de bacterias:

- a. Entre 0 y 15 °C.
- b. Entre 10 y 40 °C**
- c. Entre 25 y 95 °C
- d. Entre 80 y 120 °C

10. En todo caso, se debe evitar llevar a cabo la descongelación de un alimento:

- a. En el microondas.
- b. En agua hirviendo, en aquellos casos que sea posible.
- c. A temperatura ambiente.**
- d. En cámaras de refrigeración.

Ejercicios de autoevaluación

Unidad de Aprendizaje 5

1. En el proceso de limpieza del pescado, se indica como generalidades:

- a. **Se comenzará retirando las aletas.**
- b. Solo se eviscerarán aquellos pescados que vayan a ser cocinados. Nunca antes.
- c. Si se deja la cabeza, las branquias deben permanecer.
- d. El primer paso a llevar a cabo en la limpieza del pescado consiste en eliminar las escamas.

2. Para el proceso de desescamado, el pescado deberá sostenerse...

- a. **... fuertemente por la cola.**
- b. ... por el lomo apoyándonos sobre una tabla.
- c. ... por las branquias.
- d. ... por la cabeza, apoyándolo sobre una rejilla.

3. Para la retirada de la piel del pescado, es necesario previamente:

- a. **Limpiar el pescado y obtener sus lomos.**
- b. Blanquear el pescado.
- c. Marinar el pescado.
- d. Obtener las rodajas o tranchas del pescado.

4. Son herramientas requeridas de forma general para la limpieza de los pescados cilíndricos:

- a. El descamador.
- b. El cuchillo cebollero.
- c. El cuchillo puntilla y las tijeras.
- d. **Todas las opciones son correctas.**

5. Las tijeras son utilizadas de forma general en torno a la limpieza de los pescados para:

- a. Eliminar la cabeza.
- b. **Cortar y/o hermosear las aletas.**

- c. Filetear el pescado.
- d. Eliminar la piel o escamas del pescado.

6. Para la retirada de la piel blanca del lenguado se procederá:

- a. Desde la cola.
- b. Desde la cabeza, tras el opérculo branquial.**
- c. Desde la aleta lateral izquierda.
- d. Desde la aleta lateral derecha.

7. La retirada de las espinas de los pescados de pequeño formato como las anchoas o boquerones suele ser practicada haciendo uso de:

- a. Cuchillo de hoja larga y estrecha.
- b. Las propias manos, siendo retiradas con facilidad.**
- c. Las tijeras de cinta.
- d. Cuchillo cebollero.

8. El corte tipo rodaja se obtendrá de pescados como:

- a. La merluza**
- b. El rodaballo
- c. La lubina y dorada
- d. El lenguado

9. El corte denominado "trancha" incluye:

- a. Piel y espina central.**
- b. Piel, pero no espina central.
- c. Solo carne, limpia de piel y espinas.
- d. Parte de la cococha del pescado racionado.

10. El corte denominado como suprema presentará un peso correspondiente entre:

- a. 75 y 100 g
- b. 125 y 150 g
- c. 150 y 200 g
- d. 200 y 250 g**

Ejercicios de autoevaluación

Unidad de Aprendizaje 6

1. ¿Cuál es el principio de toda conservación?

- a. Prolongar la vida de un producto para obtener más rentabilidad.
- b. Detener o retener el desarrollo y la acción de los microorganismos, así como evitar las alteraciones exteriores que se puedan dar en un alimento.**
- c. Impedir la maduración de un alimento.
- d. Ninguna de las opciones anteriores es correcta.

2. ¿Qué elemento propio de los alimentos acelera el deterioro modificando sus cualidades organolépticas en un espacio breve de tiempo?

- a. El agua contenida.**
- b. Los microorganismos propios.
- c. La grasa presente en los alimentos.
- d. El porcentaje de proteína.

3. La anisakiasis es...

- a. ... un defecto que se produce en la incorrecta descongelación de los alimentos.
- b. ... una enfermedad producida por la ingesta de un tipo de pez venenoso denominado anisaki.
- c. ... una enfermedad producida por un gusano que se encuentra en algunas especies marinas.**
- d. Todas las opciones son incorrectas.

4. Una semiconserva es...

- a. ... una conserva de un producto envasado y esterilizado que dura muy poco.
- b. ... una conserva de un producto sin esterilizar y con adicción de especias como la sal.
- c. ... una conserva que necesita frío para su conservación.
- d. Las opciones b y c son correctas.**

5. Los envases para las conservas de pescados y mariscos han de ser:

- a. Exclusivos para la conservación de alimentos y no reutilizados.
- b. Impermeables, no permitiendo el filtrado de líquidos, lo que facilitaría la contaminación cruzada.
- c. Soportará temperaturas bajas sin que se vea afectada su estructura.
- d. Todas las opciones son correctas.**

6. ¿Cómo afecta el frío a los microorganismos?

- a. Los microorganismos viven con mayor facilidad.
- b. Los microorganismos se multiplican a una velocidad más lenta.
- c. Los microorganismos ralentizan la multiplicación de los microorganismos, no destruyéndolos.**
- d. Los microorganismos no les afecta el frío.

7. ¿A qué temperatura se deben conservar los pescados y mariscos?

- a. Entre 4 y 7 °C.
- b. Entre 2 y 5 °C.
- c. Entre 3 y 5 °C.
- d. Entre 1 y 2 °C.**

8. El tiempo aproximado de caducidad para los alimentos que se les someta además del vacío a la congelación a -18 °C es...

- a. ... entre 6 y 21 días.
- b. ... entre 5 y 9 meses.
- c. ... entre 6 y 12 meses.
- d. Todas las opciones son incorrectas.

9. La correcta descongelación ha de realizarse en...

- a. ... un recipiente de material inalterable a temperatura ambiente.
- b. ... un recipiente de material inalterable en una pila para que los líquidos no se derramen.
- c. ... un recipiente de material inalterable en una cámara frigorífica.**
- d. ... un recipiente de material inalterable debajo del grifo.

10. A la conservación del pescado por la acción conjunta de la sal y el vinagre se denomina...

- a. ... encurtido.
- b. ... escabeche.**
- c. ... adobo.
- d. ... marinada.

