



LÁCTEOS MODULO 3

Sesión 3. Bebida achocolatada y piña colada

YESSICA MILENA ZAPATA

Ingeniero agroindustrial

ACTIVADOR COGNITIVO

Un grupo de ranas viajaba por el bosque y, de repente, dos de ellas cayeron en un hoyo profundo. Todas las demás ranas se reunieron alrededor el hoyo. Cuando vieron cuan hondo era el hoyo, le dijeron a las dos ranas en el fondo que para efectos prácticos, se debían dar por muertas ya que no saldrían. Las dos ranas no hicieron caso a los comentarios de sus amigas y siguieron tratando de saltar fuera del hoyo con todas sus fuerzas. Las otras seguían insistiendo que sus esfuerzos serían inútiles.

Finalmente, una de las ranas puso atención a lo que las demás decían y se rindió. Ella se desplomó y murió. La otra rana continuó saltando tan fuerte como le era posible. Una vez más, la multitud de ranas le gritaba y le hacían señas para que dejara de sufrir y que simplemente se dispusiera a morir, ya que no tenía caso seguir luchando. Pero la rana saltaba cada vez con más fuerzas hasta que finalmente logró salir del hoyo. Cuando salió las otras ranas le dijeron: «nos da gusto que hayas logrado salir, a pesar de lo que te gritamos».
La rana les explicó que era sorda, y que pensó que las demás la estaban animando a esforzarse más y salir del hoyo.



Moraleja: 1. La palabra tiene poder de vida y muerte. Una palabra de aliento compartida a alguien que se siente desanimado puede ayudar a levantarlo. 2. Una palabra destructiva dicha a alguien que se encuentre desanimado puede ser lo que acabe por destruirlo. Tengamos cuidado con lo que decimos. 3. Una persona especial es la que se da tiempo para animar a otros.

¿Qué es la leche chocolatada?

La leche chocolatada, chocolatada, leche de/con chocolate o chocomilk (del inglés chocomilk), es una bebida preparada con leche, azúcar y cacao, que puede tomarse fría o caliente. Puede comprarse preparada de fábrica o hacerla en casa mezclando leche y cacao en polvo. Al igual que la leche común, la chocolatada debe mantenerse refrigerada una vez abierta.





Sir Hans Sloane, médico irlandés recibió la orden de trasladarse a Jamaica en **1687** para tratar al Duque de Albemarle. La estadía de Sloane en Jamaica no resultó tan exitosa como planeaba, ya que el Duque falleció un año más tarde. Sin embargo, el doctor había encontrado uno de los elementos naturales más importantes del panorama jamaiquino: el **cacao**

Sloane descubrió que los habitantes de la isla mezclaban los granos de la planta con agua para así beberlos, pero al médico no le gustaba el sabor de esta fórmula. A su regreso, empezó a popularizar su propia combinación que, como imaginarán, en una primera etapa, involucraba los granos y algo de leche.

Llegando el siglo XIX, fueron los hermanos George y Richard Cadbury quienes descubrieron que podían comercializar con el chocolate caliente en lata, y lo incluyeron como uno más de los productos de su extensa cartelera, que ya contaba con el chocolate en barra (un producto de las ideas de Coenraad Johannes van Houten).



¿Por qué consumir la leche chocolatada?

La leche de chocolate provee 9 nutrientes esenciales que todos necesitamos. La leche de chocolate es buena estrategia para una dieta nutritiva pues tiene desde 8 gramos de proteína natural de alta calidad hasta nutrientes para fortalecer los huesos, incluyendo calcio, vitamina D y fósforo. Mira como el gran contenido nutritivo de la leche de chocolate beneficia tu salud:



- La vitamina A ayuda a un sistema inmunológico saludable.
- Las vitaminas B (riboflavina, B-12 y niacina) ayudan a convertir los alimentos en energía.
- El calcio, la vitamina D y el fósforo ayudan a fortalecer los músculos.
- El potasio ayuda a regular el balance de fluidos en el cuerpo.
- La proteína natural de alta calidad ayuda a regenerar y mantener el tejido muscular.

A diferencia del agua y de muchas bebidas deportivas comerciales, la leche de chocolate tiene proteína natural que ayuda a reparar y regenerar los músculos. También tiene fluidos y electrolitos para rehidratar y reponer lo que se pierde con el sudor. De hecho, algunas investigaciones indican que la leche podría ayudar a mantenerte mejor hidratado después de hacer ejercicio que el agua.

¿Qué debo alistar para preparar la leche achocolatada?

Alistar la materia prima, insumos, envases y utensilios necesarios según la formulación.

Materia prima e insumos

- 1000 mL Leche pasteurizada
- 60 g Azúcar
- 3 – 5 g CMC o 30 g de Fécula de maíz
- 20 g leche en polvo
- 3 - 5 g Cocoa
- 0,5 g Sal (pizca)
- Astillas de canela (al gusto opcional)
- Crema chantillí para la decoración (Opcional)
- Hielo al gusto (opcional si lo desea frio)

Envases y utensilios

- Termómetro de punzón
- Balanza digital o análoga
- Cuchara plástica
- Licuadora
- Colador
- Vasos plásticos o de vidrio


















¿Qué debo alistar para preparar la leche achocolatada?







Leche pasteurizada



Azúcar



CMC



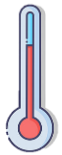


Sal



OPCIONAL

Canela en astillas



Temperatura baja de 38 a 40°C



15 minutos o hasta empiece a espesar

1. Aplicar las BPM

2. Alistamiento de MP e insumos

3. Se pone calentamiento durante unos 15 minutos con agitación constante a la leche, la azúcar y el CMC. Si se desea fría dejar reposar por unos minutos, de lo contrario seguir al siguiente paso.

¿Qué debo alistar para preparar la leche achocolatada?



Cacao en polvo



Leche en polvo



Mezcla de leche

OPCIONAL



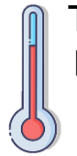
Hielo si lo desea frio



4. Licuar todos los insumos restantes con la mezcla tibia de leche

OPCIONAL





Temperatura baja de 38 a 40°C



10 a 15 minutos

17° Brix

Si la mezcla no quedó suficientemente espesa debe volverlo a poner al fuego.

¿Qué debo alistar para preparar la leche achocolatada?





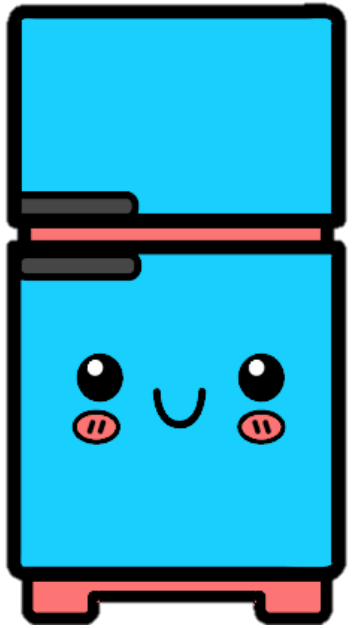
OPCIONAL



Crema chantilly







5. Servir la mezcla y decorarla con crema chantillí al gusto o con sirope de chocolate en el vaso .

6. Almacenar en el refrigerador.

¿Qué es la piña colada?





La piña colada es un cóctel muy popular que se puede servir mezclado o agitado. De cualquier manera, es una gran bebida con el icónico sabor de la piña y el coco respaldados por tu ron favorito. En el mundo de los cócteles tropicales, es uno de los mejores y es aún mejor cuando lo haces desde cero.



UNA HISTORIA DE PIRATA

La historia de la piña colada se remonta hasta el legendario pirata puertorriqueño **Roberto Cofresí y Ramírez de Arellano**, quien fue la versión boricua de Robin Hood. Se cuenta que Cofresí preparaba una bebida hecha de piña, coco y ron para subir la moral de su tripulación. La receta se perdió cuando el pirata fue enjuiciado y ejecutado en el Castillo de San Felipe de El Morro en San Juan en el 1825.

El Caribe Hilton Hotel, ubicado en la capital boricua San Juan afirma que Ramón "Monchito" Marrero creó la Piña Colada en 1954 mientras era cantinero en el hotel.

La ausencia de color del **ron blanco** se debe a un filtrado a través de carbón que le quita el color **dorado** característico. Algunas fabricas embotellan el **ron** directamente después de la destilación, y suele ser más fuerte en relación al **dorado**. Su añejamiento suele durar de 18 a 36 meses.

¿Qué debo alistar para preparar la piña colada?

Alistar la materia prima, insumos, envases y utensilios necesarios según la formulación.

Materia prima e insumos

- **OPCION 1**
- 600 mL Zumo de piña oro miel
- 250 mL Crema de coco
- 10 a 15mL Esencia de ron
- 150 g Leche condensada
- Cereza en conserva (decoración)
- Rebanada de piña (decoración)
- Hielo al gusto

Materia prima e insumos

- **OPCION 2**
- 600 mL Zumo de piña oro miel
- 200 mL Ron blanco
- 250 mL Crema de coco
- 70 a 100 mL Zumo de limón
- Cereza en conserva (decoración)
- Rebanada de piña (decoración)
- Hielo al gusto

Envases y utensilios

- Balanza digital o análoga
- Cuchara plástica
- Licuadora
- Vasos



















¿Qué debo alistar para preparar la piña colada?







Zumo de piña

+



Crema de coco



Licuado



Ron blanco

+



Zumo de limón

1. Aplicar las BPM

2. Alistamiento de MP e insumos

3. Se colocan todos los ingredientes en una licuadora y se bate hasta obtener una consistencia cremosa.

¿Qué debo alistar para preparar la piña colada?

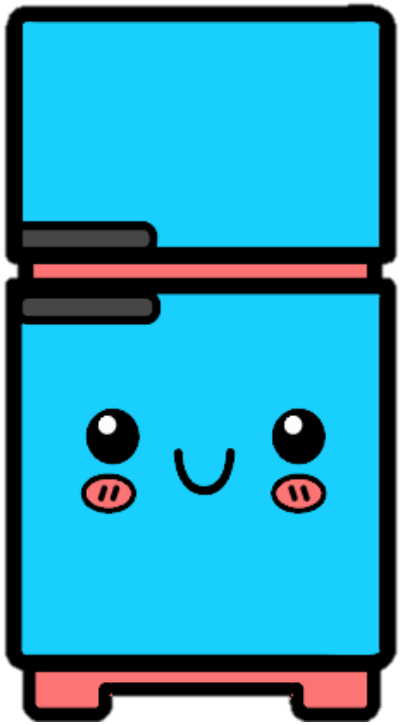
OPCIONAL



Cubos de hielo







4. Servir la mezcla fría, adicionar las cerezas, la rebanada en la esquina del vaso y cubos de hielo si lo deseas.

5. Almacenar en el refrigerador.

ACTIVIDAD

Completar la frase con las palabras que están en la caja, de acuerdo a lo visto en clase

La leche achocolatada es _recomendada_ para deportistas por su _beneficios_ nutricionales.

Si deseo puedo sustituir el _CMC_ por la fécula de maíz en la preparación de la _leche achocolatada_.

El _ron blanco_ es el alcohol utilizado para la elaboración de la piña colada.

Los dos productos implican _homogenización_ de la mezcla utilizando una licuadora

La canela y el hielo son _opcionales_ en la preparación.

PALABRAS

- Ron blanco
- Leche achocolatada
- Homogenización
- CMC
- Beneficios
- Opcionales
- Recomendada

ACTIVIDAD PARA LA CASA

1. Elabore uno de los 2 productos como mínimo y tome por lo menos 15 a 20 fotos como evidencia de la elaboración del proceso productivo.

2. Comente el video de esta sesión y de su impresión relacionada con la bebida elaborada.