



# Licenciatura en Español

## Lengua española II

Ana Beatriz Pérez C. M. Barreto

Mesa para dos

Clase  
02





## Presentación y objetivos

Estimado alumno/a:

En esta lección se espera que logres los siguientes resultados de aprendizaje:

- ▶ Reservar una mesa en un restaurante.
- ▶ Pedir una consumición.
- ▶ Pedir la cuenta.
- ▶ Elaborar y escribir una receta con instrucciones en forma impersonal.
- ▶ Valorar la comida.





## Para empezar

Escucha y lee los siguientes diálogos.

**Camarero:** Restaurante El Mesón de Fuencarral, ¿dígame?

Fig. 01

**Sra. Toledo:** Buenos días, ¿puedo hacer una reserva para esta noche, por favor?

**Camarero:** ¿Para cuántas personas?

**Sra. Toledo:** Para dos.

**Camarero:** Una mesa para dos, ¿y a qué hora?

**Sra. Toledo:** A las nueve y media.

**Camarero:** ¿A nombre de quién?

**Sra. Toledo:** Srs. Toledo.

**Camarero:** Pues, ya está reservada.

**Sra. Toledo:** Muchas gracias.



**Srs. Toledo:** Buenas noches.

**Camarero:** Buenas noches, señores. ¿Tienen reserva?

**Sr. Toledo:** Sí.

**Camarero:** ¿A nombre de quién?

**Sr. Toledo:** Señores Gutiérrez.

**Camarero:** ¿Quieren pasar, por favor?

Fig. 02



**Camarero:** ¿Qué van a comer?

Fig. 03



**Sra. Toledo:** Sí, mire, **de primero** parrillada de verduras de temporada. ¿Lleva pimentón?

**Camarero:** Sí, señora.

**Sra. Toledo:** Puede venir sin pimentón.

**Camarero:** Sí, señora.

**Sra. Toledo:** Pues, me los traiga.

**Sr. Toledo:** Y yo corazones de lechuga con bonito escabechado.

**Camarero:** ¿Y de segundo?

**Sra. Toledo:** Para mí Codero lechal de Aranda asado.

**Camarero:** ¿Y el señor?

**Sr. Toledo:** Cochinillo asado.

**Camarero:** ¿Y para beber?

**Sr. Toledo:** ¿Puede darme la carta de vinos, por favor?

**Camarero:** Aquí está, señor.

**Camarero:** ¿Desean algo más? ¿Postre o café?

Fig. 04



**Sra. Toledo:** Yo un café solo.

**Sr. Toledo:** Para mí nada, gracias. La cuenta, por favor.

**Camarero:** Ahora mismo, señor.



# Así es

## 1. EN EL RESTAURANTE

### 1.1 Para hacer una reserva

#### a) El cliente...

- ▶ pide la reserva → **¿Puedo hacer una reserva para esta noche, por favor?**
- ▶ dice cuántas personas son → **Para dos.**
- ▶ expresa la hora → **A las nueve y media.**

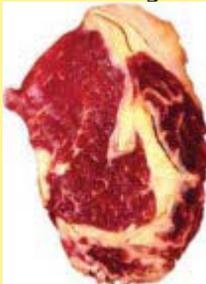
#### b) El camarero pregunta...

- ▶ el número de personas → **¿Para cuántas personas?**
- ▶ la hora → **¿Y a qué hora?**
- ▶ el nombre → **¿A nombre de quién?**

### 1.2 Para pedir una consumición.

#### ¿Qué van a tomar?

Yo voy a tomar...	de primero...
Yo...	de segundo...
Para mí...	de postre...
Yo quiero...	

Fig. 05 	Fig. 06 	Fig. 07 
Carne	Pollo	Pescado
Se pueden comer:		
a la plancha	a la brasa	al horno
frito/-a	hervido/-a	crudo/-a
		asado/-a
		guisado/-a

## ¿Y para beber?

Fig. 08 	Fig. 09 	Fig. 10 	Fig. 11 	Fig. 12 
Un vino tinto / blanco / rosado. Una copa de vino.		Agua con gas / sin gas.	Una caña de cerveza.	Un zumo / jugo de naranja.

### 1.3 Para pedir algo durante la comida.

¿Puede darme (+ cuantificador) + SN?

¿Puede darme una servilleta?

¿Me trae (+ cuantificador) + SN?

¿Me trae la cuenta?

¿Me trae un poco de pan, por favor?

¿Me trae otra cuchara?

¿Me trae más ensalada?

¿Me da (+ cuantificador) + SN?

¿Me da otro tenedor, por favor?

Fig. 13



### 1.4 Para hablar de cantidades usamos:

#### Con sustantivos contables:

Un, uno, unos, unas. Otro, otra, otros, otras.

#### Con sustantivos no contables:

Un poco de, más, mucho, poco, bastante.

### 1.5 Para preguntar que contiene la comida.

1- *Las croquetas, ¿son de carne o pescado?*  
2- *De pescado.*

1- *¿Llevan salsa?*  
2- *No.*

1- *¿Con qué vienen acompañadas?*  
2- *Con un poco de ensalada.*



Fig. 14

### 1.6 Para hacer una reclamación

Fig. 15



1- *Perdón, he pedido sopa de mariscos, no de verduras.*  
2- *Perdone, señor, le traigo su sopa en un momento.*

1- *Creo que falta una copa.*  
2- *Ahora mismo se la traigo, señor.*

1- *Me parece que el vino está estragado.*  
2- *Lo siento, señor, le traigo otra botella enseguida.*

## Manos a la obra



Actividad 1 - Lee la carta del restaurante "El Mesón de Fuencarral" y elige que quieres comer.

### LA CARTA

Fig. 16

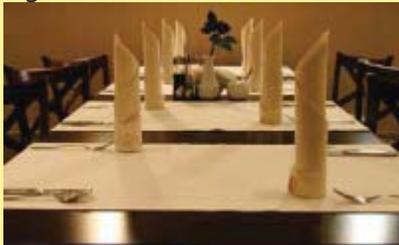
	<b>EL CARRO</b> <b>ENTRANTES</b> Croquetas de la Casa Corazones de Lechuga con Bonito Escabechado Migas con Chorizo *** Ensalada de Escabeches Mar y Montaña *** Cordero Lechal Asado o Conchinito Asado o Bacalao Desalado con Salsa de Piquillos Hojaldre de Crema y Albaricoque con Helado de Vainilla Café y Dulces 49,00w
	<b>LA ERA</b> <b>ENTRANTES</b> Ensalada de Pimientos Asados con Migas de Bonito Parrillada de Verduras de Temporada Croquetas Caseras Morcilla de Burgos Cazuela de Huevos con Patatas Panadera y Chorizorra *** Cordero Lechal de Aranda Asado o Merluza de Anzuelo en Salsa Verde con Trigueros Hojaldre de Manzanas Reinetas Con Helado de Vainilla Café y Dulces 47,00

De primer plato:	
De segundo plato:	
Bebida:	
Postre:	

Actividad 2 - Lee estos dos anuncios de restaurantes y completa el cuadro con sí o no.

**RESTAURANTE AL PUNT**  
Girona, 51 / Barcelona

Fig. 17



Podrás probar carne de excelente calidad, comenzando por unos entrantes que no te decepcionarán tanto por la calidad como por su gusto. Así como, vinos de muy variadas clases que a bien seguro le ayudarán a saborear su elección en buena compañía. Cabe mencionar también los vinos de Argentina que podrás elegir.

-Ensalada clásica

Para seguir...

-Entrecot a la brasa con salsa pimienta

Para endulzar...

-Sorbete de limón

Vino y agua incluido

Precio 50€ por persona de martes a domingo

**RESTAURANTE AMAYRA**  
Alcalá, 19 / Madrid

Fig. 18



El restaurante Amayra está situado en pleno centro comercial, bancario y turístico de Madrid, en la calle Alcalá y junto a la Puerta del Sol. Ofrece una cocina moderna y de calidad por un precio muy razonable. Usan sólo los mejores productos mediterráneos en sus platos inventivos y presentados de forma impecable todos los días de la semana.

50% de descuento en su Menú Especial de Paella:

Ensalada parmesana

\*\*\*

Paella de marisco o valenciana

\*\*\*

Postre Hoy con el dto. de 50% por sólo 13,50€

(no incluye bebidas)

	Restaurante Al Punt	Restaurante	Amayra
Especialidad en carne			
Especialidad en pescado			
Es caro			
Es barato			
Abierto todos los días			

Actividad 3 - Completa el siguiente diálogo entre un cliente y un camarero en una barra.

**Camarero:** Buenas tardes.

**Cliente:** Buenas tardes.

**Camarero:** ¿.....?

**Cliente:** Una..... de vino y unas tapas.

**Camarero:** ....., señor.

**Cliente:** ¿..... una servilleta, por favor?

**Camarero:** Con mucho gusto.

**Cliente:** ¿....., por favor?

**Camarero:** Son cinco euros.

Fig. 19



Actividad 4 (INTERNET) - Ahora eres tú quién va a reservar una mesa. Entra en la dirección

<http://www.restalo.es>

Selecciona la ciudad, pon el número de personas y también selecciona el tipo de cocina, el ambiente y el precio. Enseguida pulsa buscar y tendrás varias opciones entre las que puedes elegir dónde quieres ir a cenar y hacer la reserva. Si consigues hacerlo:

NO OLVIDES QUE INMEDIATAMENTE DESPUÉS DE HABERLA REALIZADO TIENES QUE CANCELARLA.



## Así es

### 2. SER O ESTAR: ESA ES LA CUESTIÓN

Recuerda que...

#### 2.1 Para describir las características de algo se usa el verbo SER.

##### **Origen.**

Ejemplo: *Esta carne **es** argentina.*

##### **Valoración.**

Ejemplo: *Este plato **es** muy sano / grasoso / nutritivo.*

#### 2.2 Y que para hablar de estados o valorar las preparaciones se usa el verbo ESTAR.

##### **Estados.**

Ejemplo: *La sopa **está** muy caliente / fría.*



Fig. 20

### Resultados de un proceso.

*Ejemplo: La sopa está salada /sosa /cruda /quemada.*

### Valoración de alimentos consumidos.

*Ejemplo: El pescado está muy bueno/ exquisito.*

Fig. 21



Sin embargo, el comportamiento de los adjetivos en las construcciones con **SER** y **ESTAR** más atributo-sintagma adjetival, se muestra más complicado de lo que se piensa. Así, se puede decir que:

1. Empleamos exclusivamente **SER** con adjetivos para clasificar al sujeto oracional, es decir, para indicar las relaciones de identidad de una persona por las que pertenece a esa clase:
  - ▶ Clase social: Estos grupos **son** burgueses.
  - ▶ Carácter: Ese joven **es** muy empeñoso.
  - ▶ Escuela o tendencia: Esa pintura **es** de barroco.
  - ▶ Nacionalidad o lugar de nacimiento: Yo **soy** chilena.
  - ▶ Profesión: Mi hermano **es** ingeniero.
  - ▶ Religión: La mayoría de los brasileños **son** católicos.
  - ▶ Raza: No todos los brasileños **son** negros.
2. Empleamos exclusivamente **ESTAR** con adjetivos que indican el estado en que se halla una persona o cosa. Hay una serie de adjetivos de origen participial cuyo aspecto verbal es resultativo, que sólo puede ir con estar: contento (resultado de haber sido contentado), lleno (resultado de haber sido llenado), descalzo (resultado de haber sido descalzado), desnudo (resultado de haber sido desnudado), satisfecho (resultado de haber sido satisfecho), hartado (resultado de haber sido hartado), etc.
3. Sin embargo, un gran número de adjetivos pueden construirse tanto con SER como con ESTAR. La diferencia entre los enunciados con uno u otro verbo es la siguiente:
  - ▶

Fig. 22



- ▶ Con **SER** se indica una cualidad inherente, es decir, las construcciones con **SER** asignan al sujeto propiedades específicas o cualitativas en función de una norma general de clasificación.

Esta uva **es verde**.

Fig. 23



- ▶ Con **ESTAR** se indica un estado, una característica que en un lapso de tiempo presenta el sujeto oracional y que se considera variable, es decir, las construcciones con **ESTAR** atribuyen al sujeto características individuales consideradas como desviaciones de lo que se estima normal para dicho sujeto.

Esta uva **está verde**.

Fig. 24



- ▶ El concepto de estado quiere decir aquí la condición que afecta al sujeto oracional es susceptible de aparecer o desaparecer.

Esta uva es verde, pero no **está verde**.

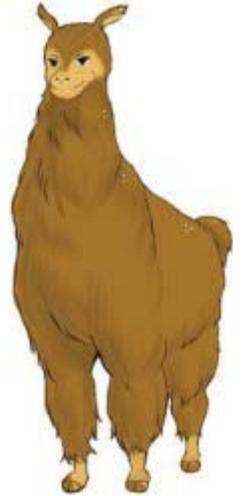
Algunos adjetivos se utilizan con un u otro verbo independientemente de su significado léxico como: alegre, alto, amplio, oscuro, feliz, joven, libre, nervioso, etc. Otros tienen más de un significado léxico según se construyan con **SER** o **ESTAR** según la acepción en que sean tomados: Ser listo ('inteligente') / estar listo ('preparado').

*Tu practicante es muy listo, pero no está listo para asumir una responsabilidad tan grande.*

Otros adjetivos con más de un significado según vayan con ser o estar son:

- ▶ Ser bueno ('bondoso') / estar bueno ('sano').
- ▶ Ser delicado ('sensible') / estar delicado ('mal de salud').

- ▶ Ser despierto ('inteligente') / estar despierto (no dormido').
- ▶ Ser interesado ('egoísta') / estar interesado ('tener interés').
- ▶ Ser listo ('inteligente') / estar listo ('preparado').
- ▶ Ser malo ('malvado') / estar malo ('enfermo').
- ▶ Ser negro ('de raza negra') / estar negro ('irritado').
- ▶ Ser verde ('de color verde') / estar verde ('inmaduro, no capacitado').
- ▶ Ser vivo ('listo') / estar vivo ('tener vida').
- ▶ Ser atento ('educado') / estar atento ('prestar atención').
- ▶ Ser molesto ('causar molestias') / estar molesto ('ofendido').





## ¡Ojo!

Lo decimos diferente.

	Español	Portugués
Para expresar que se carece de bondad o un estado de salud.	<b>Es muy malo con su mujer.</b> <b>Pedro está malo.</b>	<b>Ele é muito mau com sua mulher. Pedro está mal.</b>
Para indicar estado civil: el español admite ser y estar, el portugués sólo ser, aunque se usa en el coloquial cuando por ejemplo el marido viaja se usa: Eu estou solteira.	<b>Eres casado,</b> <i>¿no?</i> <b>Estás casado,</b> <i>¿no?</i>	<b>Você é casado,</b> <i>não é?</i>
Para expresar duda o probabilidad, en futuro.	<b>¿Estarán listos para la prueba?</b>	<b>Será que eles estão preparados para a prova?</b>



## Manos a la obra

Actividad 5 - Utiliza **SER** o **ESTAR** según convenga.

- Mi esposo \_\_\_\_\_ muy atento, siempre me ayuda aunque él tenga mucho trabajo.
- Hay que \_\_\_\_\_ atento para comprenderle porque habla muy rápido.
- María \_\_\_\_\_ delicada, hace años que sufre del corazón.

- d) Este asunto \_\_\_\_\_ delicado, tenemos que tener más cuidado.
- e) Hemos llamado al médico, nuestro padre \_\_\_\_\_ grave.
- f) En cuanto llegue José a la fiesta, ésta se animará. Él \_\_\_\_\_ muy alegre.
- g) ¡Cuidado! No bebas más vino, ya \_\_\_\_\_ demasiado alegre.
- h) Hoy le han dado el alta, ya \_\_\_\_\_ bueno.  
\_\_\_\_\_ muy buena esa mujer, da todo lo que tiene.
- i) No ha venido a trabajar porque \_\_\_\_\_ malo.
- j) Cenar demasiado tarde \_\_\_\_\_ muy malo para la salud.

Actividad 6 - Puedes explicar, ¿cuál es la diferencia semántica de estos cuatro enunciados?

Fig. 25



La manzana **es verde**.

Fig. 26



El tomate **está verde**.

Fig. 27



Creo que Tomás **está verde** todavía para confiarle este trabajo.

Fig. 28

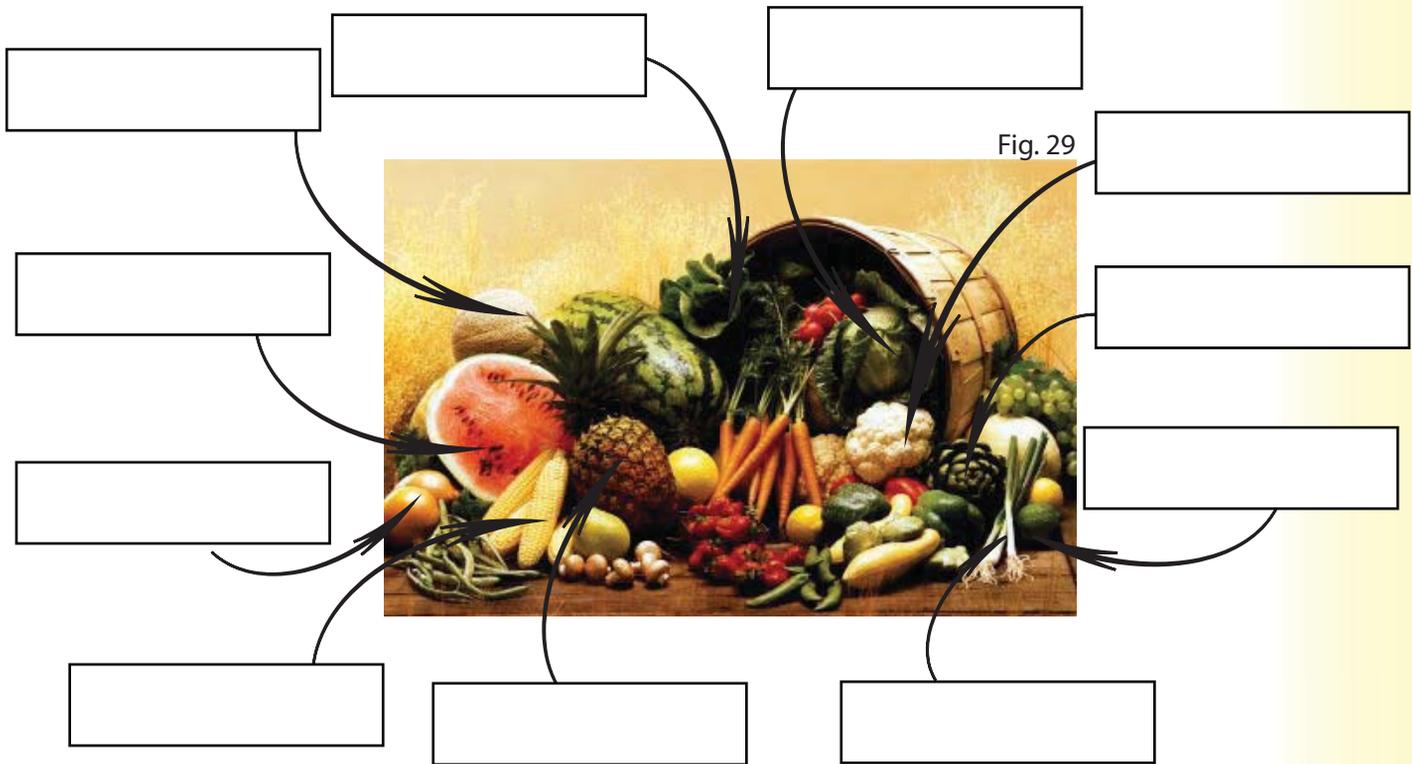


Tiene noventa años y corre todos los días 20 Km. Es un viejo **verde**.



## Soy todo oídos

**Actividad 7** - Escucha y pon los nombres adecuados a cada fruta y verdura. Algunos de ellos pueden tener más de un nombre, depende de la variedad de lengua española que estemos usando.



**Actividad 8** - Averigua cuál es el nombre utilizado en la América hispana para denominar los siguientes frutos (puede tener más de uno, depende de la variedad de español que usemos).

cereza	
patata	
melocotón	
fresa	
calabacín	
calabaza	
judía	



3. Para dar instrucciones, por ejemplo en recetas se utiliza la forma impersonal **SE + VERBO EN TERCERA PERSONA DEL SINGULAR O DEL PLURAL**.

Ejemplos:

**Se pica** la cebolla menudita.

**Se machacan** los ajos.

**Se fríe** a fuego bajo hasta dorar.

#### VOCABULARIO

##### LENTEJAS CON CHORIZO

Ingredientes:

- ▶ 400 gr de lentejas
- ▶ 1 cebolla finamente picada
- ▶ 1 cebolla entera
- ▶ 1 diente de ajo
- ▶ 1 zanahoria en trocitos
- ▶ 100 gr de panceta fresca
- ▶ 1 cucharadita de pimentón dulce
- ▶ 150 gr de chorizo



Fig. 30

Manos a la obra:

Ponemos las lentejas en remojo durante unas horas. Se cuecen en agua fría junto con la panceta, la cebolla entera, las zanahorias y el pimentón. A medio cocer se fríen aparte la cebolla picada y los ajos. Se añade la cebolla cocida y las zanahorias del guiso. Una vez bien salteado todo se pasa por un pasapurés y se incorpora a las lentejas. Cuando estén ya casi cocidas, se añade el chorizo y se deja cocer durante unos minutos.

Presentación:

Se sirven con el chorizo cortado a rodajas y la panceta troceada.

			
dividir	pelar	añadir	cocer
			
amasar	picar	remojarse	machacar
			
freír	trocear	poner	cortar
			
partir	enguarar y lavar	batir	escurrir

Actividad 11 (INTERNET) - Ahora, aplica el vocabulario y prepara tú una

## Manos a la obra



Actividad 9 - Elige del cuadro anterior el verbo definido en el enunciado y ponlo en el lugar que le corresponde.

- a) .....: Agregar, incorporar algo a otra cosa.
- b) .....: Hacer que una cosa empapada de un líquido despidan la parte que quedaba detenida.
- c) .....: Dividir en trozos.
- d) .....: Hacer que un alimento crudo llegue a estar en disposición de poderse comer, teniéndolo el tiempo necesario en aceite o grasa hirviendo.

Actividad 10 - Aquí tienes una receta del plato más característico de las excursiones. Coloca los verbos del recuadro donde creas oportuno, según el sentido de cada frase.

### TORTILLA DE PATATAS

#### Ingredientes

- ▶ Medio kilo de patatas
- ▶ Seis huevos
- ▶ Dos cebollas
- ▶ Sal
- ▶ Perejil
- ▶ Aceite de oliva abundante para freír

Fig. 31



se pican	se pelan	se saca
se dejan	se aviva	se añade
se les pone	se les suelta	se batan
se escurre	se mezcla	se echa
	se sabe	

## Manos a la obra

Se pelan las patatas y las cebollas; se pican en ruedas finas y se les pone la sal necesaria. En una sartén se echa el aceite y al poco rato las patatas y cebollas, se dejan a fuego lento. Si queremos las patatas más desechas en la tortilla podemos ir machacándolas ligeramente con la espumadera y cuando están tiernas se aviva el fuego para dorarlas (se sabe el punto de fritas cuando se les suelta el aceite).



Se saca la mixtura de la sartén y se escurre. Es importante para realizar una buena tortilla de patata quitar la mayor parte del aceite, por tanto podemos poner las patatas sobre un papel absorbente para que éste absorba el aceite sobrante. Enseguida se baten los huevos, con el perejil y la sal, se añade la mixtura de patatas y cebollas, se mezcla bien con ayuda de un tenedor.

En otra sartén, adecuada para tortilla, se pone un poco de aceite en el fondo. Cuando se caliente (si está frío se pega el huevo) se echa el preparado y esperamos unos 2 ó 3 minutos a medio fuego a que se haga la tortilla por uno de sus lados. Se puede ir agitando la sartén para evitar que se nos pegue. Cuando detectamos que está cuajada la tortilla, si nos atrevemos, le damos la vuelta al aire, si no se coge un plato más grande que la sartén, lo ponemos encima y con fuerza sujetando bien damos la vuelta a la sartén sin separar el plato, evitando que se pueda verter el líquido de su interior. Volvemos a poner la sartén al fuego y echamos de nuevo la tortilla de patata ahora por el otro lado. Con una espumadera de madera o que no ralle la sartén vamos remetiando los bordes de la tortilla hacia adentro para hacerle la forma y así se hace por dos o tres veces hasta que se vea cuajada y doradita.

## Presentación

La presentamos en un plato, a taquitos, en porciones o entera.



receta de paella. Entra en [www.youtube.com](http://www.youtube.com) en español y selecciona una de las recetas de paella que se encuentran en este sitio. Escucha y mira con atención los ingredientes, la forma de preparo y después escribe la receta usando la forma impersonal.

### PAELLA VALENCIANA



Ingredientes

Fig. 32

Manos a la obra

Presentación



## Una lengua varias culturas

### DISFRUTA TU CAFÉ

Un grupo de profesionales, todos triunfadores en sus respectivas carreras, se junta para visitar a su antiguo profesor. Pronto la charla deviene en quejas acerca del interminable estrés que les produce el trabajo y la vida en general.

Fig. 33

Entonces, el profesor les ofrece café, va a la cocina y enseguida regresa con una cafetera grande y una bandeja con una selección de tazas de lo más ecléctica: de porcelana, plástico, vidrio, cristal -unas sencillas y baratas, otras decoradas, unas caras, otras realmente exquisitas. Tranquilamente les dice a sus ex alumnos que escojan una taza y se sirvan un poco del café recién preparado.



Cuando lo hacen, el viejo maestro se aclara la garganta y con mucha calma y paciencia se dirige al grupo: "Perciben que todas las tazas que lucen bonitas están en vuestras manos y solamente restan en la bandeja algunas de las más sencillas y baratas; lo que es muy natural, ya que cada uno prefiere lo mejor para sí mismo. Ésa es realmente la causa de muchos de vuestros problemas relativos al estrés".

Y continua: "Les aseguro que la taza no le añade calidad al café. En verdad la taza solamente disfraza o reviste lo que bebemos. Lo que ustedes quieren es el café, no la taza, pero instintivamente buscan la mejor y luego después, se ponen a mirar las tazas de los demás".

Ahora piensen en esto: "La vida es el café. Los trabajos, el dinero, la posición social, etc. son meras tazas, que le dan forma y soporte a la vida y el tipo de taza que cada uno de nosotros tiene no define ni cambia realmente la calidad de vida que llevamos".

A menudo, por concentrarnos sólo en la taza dejamos de disfrutar del café. ¡Disfruten su café! La gente más feliz no es la que tiene lo mejor de todo sino la que hace lo mejor con lo que tiene; así pues, recuérdense, lo mejor es:

- ▶ Vivir de manera sencilla.
- ▶ Tener paz.
- ▶ Amar y actuar generosamente.
- ▶ Ser solidarios y solícitos.
- ▶ Hablar con amabilidad.

El resto déjenselo a Dios. Y recuerden que: la persona más rica no es la que tiene más sino la que necesita menos...

DISFRUTA TU CAFÉ...

El resto déjenselo a Dios. Y recuerden que: la persona más rica no  
Ahora ya sabes:



## Manos a la obra

Actividad 12 - Escucha y lee el texto, ¿de qué habla el texto?  
¿Qué piensas tú sobre lo que dice el profesor? Expone por escrito tus ideas y conversa con tus compañeros.

---

---

---

---



## Ya sé

▶ Pedir una consumición.	<i>Buenos días, ¿puedo hacer una reserva para esta noche, por favor?</i>
▶ Pedir la cuenta.	<i>La cuenta, por favor.</i>
▶ Valorar la comida.	<i>La sopa está salada.</i>
▶ Elaborar y escribir una receta con instrucciones en forma impersonal.	<i>Se corta la cebolla en trozos pequeño, Se fríe...</i>
▶ Conocer vocabulario alusivo a alimentos.	<i>La calabaza esta buena.</i>
▶ Usar adecuadamente ser y estar + adjetivos.	<i>La uva esta verde. La uva es verde.</i>

ALONSO, R y otros. Gramática básica del estudiante de español. Madrid:



Difusión, 2005.

FANJUL, Adrián. Gramática de Español: paso a paso. São Paulo: Moderna, 2005.

FONTES, Martín. SEÑAS-Diccionario para la enseñanza de la lengua española para brasileños. São Paulo: Martín Fontes, 2006.

GÓMEZ TORREGO, L. Gramática didáctica del español. Madrid: SM, 1998.

GONZALEZ HERMOSO, Alfredo. Conjugar es fácil. Madrid: Edelsa, 2000.

MATTE BON, Francisco. Gramática comunicativa del español Tomos I y II. Barcelona: Difusión, 1992.

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA. Diccionario de la lengua española. Madrid: Espasa-Calpe, 2006.

\_\_\_\_\_ Diccionario panhispánico de dudas. Madrid: Santillana Ediciones Generales, 2005.

### Páginas de Internet

[www.vidapositiva.com](http://www.vidapositiva.com)

[www.mesondefuencarral.com](http://www.mesondefuencarral.com)

[www.restalo.es](http://www.restalo.es)

[www.rae.es](http://www.rae.es)

### Fuente de las figuras

**Fig.01** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1152064>

**Fig.02** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=157966>

**Fig.03** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1111150>

**Fig.04** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1273334>

**Fig.05** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=719767>

**Fig.06** - [http://images.huffingtonpost.com/2008-11-25-rawturkey\\_300.jpg](http://images.huffingtonpost.com/2008-11-25-rawturkey_300.jpg)

**Fig.07** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1111956>

- Fig.08** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=830350>
- Fig.09** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1030594>
- Fig.10** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1126222>
- Fig.11** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1209277>
- Fig.12** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1223979>
- Fig.13** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1186818>
- Fig.14** - [http://3.bp.blogspot.com/\\_-rVIm9KuaZY/Rxi37zylKxI/AAAAAAAAATo/f1hwerL5nuQ/s400/Croquetas%2Bde%2Bcamaron.jpg](http://3.bp.blogspot.com/_-rVIm9KuaZY/Rxi37zylKxI/AAAAAAAAATo/f1hwerL5nuQ/s400/Croquetas%2Bde%2Bcamaron.jpg)
- Fig.15** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=986098>
- Fig.16** - Ilustração DETED
- Fig.17** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1119641>
- Fig.18** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1111151>
- Fig.19** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=464328>
- Fig.20** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=390166>
- Fig.21** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=137844>
- Fig.22** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1119764>
- Fig.23** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1109363>
- Fig.24** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1133633>
- Fig.25** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=1258145>
- Fig.26** - <http://www.sxc.hu/browse.phtml?f=download&id=678367>
- Fig.27** - [http://precisetechusa.com/images/three\\_engineers\\_in\\_hard\\_hats\\_with\\_map.jpg](http://precisetechusa.com/images/three_engineers_in_hard_hats_with_map.jpg)
- Fig.28** - [http://you-run.com/images/old\\_man\\_running.JPG](http://you-run.com/images/old_man_running.JPG)
- Fig.29** - [http://2.bp.blogspot.com/\\_7--U\\_duMvbU/S5bnGnzLpyI/AAAAAAACKQ/gQa\\_j09a\\_rM/s400/fruit-and-vegetables.jpg](http://2.bp.blogspot.com/_7--U_duMvbU/S5bnGnzLpyI/AAAAAAACKQ/gQa_j09a_rM/s400/fruit-and-vegetables.jpg)
- Fig.30** - [http://3.bp.blogspot.com/\\_mW7QRHDpUu0/StWx5aYOO1I/AAAAAAAADM/hK8GFjMre74/s320/lentejas.jpg](http://3.bp.blogspot.com/_mW7QRHDpUu0/StWx5aYOO1I/AAAAAAAADM/hK8GFjMre74/s320/lentejas.jpg)
- Fig.31** - <http://portalrecetas.com/imagenesrecetas/156.jpg>
- Fig.32** - [http://www.vootar.com/imgs/elementos/1247072741\\_Paella%20Valenciana](http://www.vootar.com/imgs/elementos/1247072741_Paella%20Valenciana)
- Fig.33** - Ilustração DETED

## Imágenes del apartado Así es

1° linha:

1. <http://canales.nortecastilla.es/comerciales/hosteleria2809/fotos/10b.jpg>
2. <http://ipshop.com/blog/wp-content/uploads/2009/01/speedy-peel-food-peel-r58534-0.jpg>
3. [http://estaticos02.cache.el-mundo.net/elmundosalud/imagenes/2007/06/11/1181583411\\_extras\\_portada\\_0.jpg](http://estaticos02.cache.el-mundo.net/elmundosalud/imagenes/2007/06/11/1181583411_extras_portada_0.jpg)
4. [http://4.bp.blogspot.com/\\_dUqwNoy19-4/R7yFkuV3DMI/AAAAAAAAAEvE/4\\_147\\_rWo2E/s320/AA+\(14\).JPG](http://4.bp.blogspot.com/_dUqwNoy19-4/R7yFkuV3DMI/AAAAAAAAAEvE/4_147_rWo2E/s320/AA+(14).JPG)

2° linha

5. [http://1.bp.blogspot.com/\\_OKjyCehB-zk/SZPBXWrGyFI/AAAAAAAAAB5E/fCcZdgII\\_MI/s400/pitastep5.jpg](http://1.bp.blogspot.com/_OKjyCehB-zk/SZPBXWrGyFI/AAAAAAAAAB5E/fCcZdgII_MI/s400/pitastep5.jpg)
6. [http://fotos.mundorecetas.net/albums/userpics/10133/cebolla\\_picada.jpg](http://fotos.mundorecetas.net/albums/userpics/10133/cebolla_picada.jpg)
7. [http://1.bp.blogspot.com/\\_Dlc\\_BnLW8i4/RbLkxhceXPI/AAAAAAAAAJA/EdswyPPTR4M/s400/fricharro+\(3\).JPG](http://1.bp.blogspot.com/_Dlc_BnLW8i4/RbLkxhceXPI/AAAAAAAAAJA/EdswyPPTR4M/s400/fricharro+(3).JPG)
8. [http://www.regmurcia.com/servlet/integra.servlets.Imagenes?METHOD=VERIMAGEN\\_53041&nombre=%5BRecetas\\_Cordero\\_al\\_ajo\\_cabaniil%5D\\_Picar\\_ajos\\_res\\_300.jpg](http://www.regmurcia.com/servlet/integra.servlets.Imagenes?METHOD=VERIMAGEN_53041&nombre=%5BRecetas_Cordero_al_ajo_cabaniil%5D_Picar_ajos_res_300.jpg)

4° linha

9. [http://fotos.mundorecetas.net/albums/userpics/10267/Lasagna\\_1\\_ragout\\_1.JPG](http://fotos.mundorecetas.net/albums/userpics/10267/Lasagna_1_ragout_1.JPG)
10. [http://i175.photobucket.com/albums/w153/patisserie\\_2007/carrillada1.jpg](http://i175.photobucket.com/albums/w153/patisserie_2007/carrillada1.jpg)
11. [http://farm1.static.flickr.com/59/182497427\\_25d17d33b8.jpg?v=0](http://farm1.static.flickr.com/59/182497427_25d17d33b8.jpg?v=0)
12. [http://farm1.static.flickr.com/59/182497427\\_25d17d33b8.jpg?v=0](http://farm1.static.flickr.com/59/182497427_25d17d33b8.jpg?v=0)

5° linha

13. <http://www.acuatrofogones.com/img/bizcocho-de-naranja.jpg>
14. <http://www.tustrucos.com/wp-content/uploads/lavarse-las-manos.jpg>
15. [http://3.bp.blogspot.com/\\_f2VAN0iMpk8/ShUSYzh8SWI/AAAAAAAAABEE/qMHdcl\\_mc3Q/s320/DSC07396.JPG](http://3.bp.blogspot.com/_f2VAN0iMpk8/ShUSYzh8SWI/AAAAAAAAABEE/qMHdcl_mc3Q/s320/DSC07396.JPG)
16. [http://farm4.static.flickr.com/3193/2755976881\\_88bb748453.jpg](http://farm4.static.flickr.com/3193/2755976881_88bb748453.jpg)