

# Comida aventuras

1

¿CÓMO SE INVENTÓ EL PAN?

APRENDEMOS A COMPRAR

LA COCINA COLONIAL

EXPERIMENTOS COMESTIBLES

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE  
DESAYUNAR?

LOS CAMINOS DEL MAÍZ

RECETAS, REPORTAJES Y...  
MUCHO MÁS

SOPA



# Comida aventuras

1



Serie Ciencia, Salud y Ciudadanía. Proyecto de Alfabetización Científica. Educación Alimentaria y Nutricional. Revista para el alumno. 1 nivel (1° y 2° grados/años de Educación General Básica/Primaria).

Proyecto TCP/ARG/3101 (T) "Educación Alimentaria y Nutricional en las escuelas de Educación General Básica/Primaria".



Ministerio de  
Educación  
Presidencia de la Nación



**Presidenta de la Nación**  
Cristina Fernández de Kirchner

**Ministro de Educación**  
Juan Carlos Tedesco

**Secretario de Educación**  
Alberto Sileoni

**Subsecretaria de Equidad y Calidad Educativa**  
María Inés Vollmer

**Directora Nacional de Gestión Curricular y Formación Docente**  
Marisa Díaz

**Directora de Educación Primaria**  
Silvia Storino

**Coordinadora Áreas Curriculares**  
Cecilia Cresta

**Coordinadora Área Curricular de Ciencias Naturales**  
Nora Bahamonde

**Área Curricular de Ciencias Naturales**  
Marta Bulwik  
Mariana Rodríguez  
Horacio Tignanelli

---

**IDEA, PROYECTO Y COORDINACIÓN GENERAL Y DIDÁCTICA**  
Nora Bahamonde

**EQUIPO AUTORAL**  
*Consultoras nacionales (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, FAO)*  
Elizabet Borches  
Verónica Corbacho  
Silvia Squillace

*Especialistas Área de Ciencias Naturales (Ministerio de Educación de la Nación, ME)*  
Nora Bahamonde  
Marta Bulwik  
Mariana Rodríguez

*Colaboración especial*  
Patricia Aguirre (Bloque 2 del Libro para el Docente)

**LECTURA CRÍTICA PEDAGÓGICA**  
*Especialista Áreas Curriculares (ME)*  
Alejandra Lapegna



#### LECTURA CRÍTICA DIDÁCTICA

Especialistas Área Ciencias Sociales (ME)

Diana González

Colaboración: Mabel Scaltritti

Especialista Área de Tecnología (ME)

Silvina Orta Klein

Especialista Área Formación Ética y Ciudadana (ME)

Daniel Bargman

Colaboración: Pablo Erramouspe

Especialista Plan Nacional de Lectura (ME)

Alicia Salvi

#### EQUIPO TÉCNICO CONSULTIVO INTERNACIONAL (FAO)

María Teresa Oyarzún

Sonia Olivares

Ellen Muehlhoff

#### EQUIPO TÉCNICO CONSULTIVO NACIONAL

Secretaría de Agricultura, Ganadería, Pesca y Alimentos

Dirección Nacional de Alimentos: Elizabeth Kleiman y Celina Moreno

Ministerio de Salud de la Nación

Departamento de Nutrición, Dirección Nacional de Maternidad e Infancia, Subsecretaría de Salud Comunitaria, Secretaría de Promoción y Programas Sanitarios: Elvira Calvo

Ministerio de Desarrollo Social

Subsecretaría de Políticas Alimentarias, Plan Nacional de Seguridad Alimentaria: Alicia Lopresti

#### DIAGNÓSTICO Y EVALUACIÓN DE ESTADO NUTRICIONAL, CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS ALIMENTARIAS

Asociación Argentina de Dietistas y Nutricionistas - Dietistas Escuela de Nutrición - Facultad de Medicina - Universidad de Buenos Aires. Claudia Fraga, Malena Giai, Cecilia Antún, Elda Brandoni y Alicia Witriw

#### GESTIÓN DEL PROYECTO FAO/ARGENTINA

Representante a.i.: Tomás López Ramírez, de la FAO en Argentina

Oficial de Programas: Francisco Yofre

#### VALIDACIÓN DE LOS MATERIALES EDUCATIVOS ELABORADOS

Maestros, directivos y alumnos de las escuelas participantes del proyecto de las provincias de Buenos Aires, Chubut, Misiones y Salta.

#### EQUIPO DE PRODUCCIÓN EDITORIAL

Idea original: Nora Bahamonde

Dirección editorial, coordinación de proyecto y edición: Raquel Franco y Brenda Rubinstein

Diseño gráfico editorial: Estudio Falgione-Obregón COMUNICACIÓN VISUAL

Ilustraciones: mEy!

Documentación: María Celeste Iglesias

Asistencia general: Silvina Blanco





● ¿CÓMO  
SE INVENTÓ  
EL PAN?

6

● CONOCEMOS  
A UN PANADERO

8

● SEPARAMOS  
Y MEZCLAMOS  
JUGOS

10

● APRENDEMOS  
A COMPRAR

14

● EL FUTURO DE  
LAS GOLOSINAS

16

● LA COCINA  
COLONIAL

18

● RECREOS  
SALUDABLES

25

● GRÁFICA DE  
LA ALIMENTACIÓN  
SALUDABLE

26



### QUERIDOS AVENTUREROS

¡Bienvenidos a este viaje! A medida que pasen las páginas de esta revista, se encontrarán dentro de una gran aventura llena de nuevos conocimientos, de secretos y de sabores. *Comidaventuras* los llevará a recorrer el mundo de la comida y los alimentos, para descubrir juntos las cocinas y sus aromas, las nuevas combinaciones, las formas de comer de muchos pueblos..., ¡y también la nuestra!

Tal vez les parece que comer no tiene ningún misterio, que saben bien lo que les gusta, que no les queda nada por aprender..., pero ¡ánimense y descubran todo lo que tenemos para contarles!



¿POR QUÉ  
ES NECESARIO  
DESAYUNAR?  
**12**

¿CÓMO HACER  
MAZAMORRA?  
**20**

LOS CAMINOS  
DEL MAÍZ  
**22**

¿CÓMO  
DESAYUNAN EN  
OTROS PAÍSES?  
**28**

LA PIEDRA  
DE HACER SOPA  
**30**

DATOS ÚTILES  
**32**

*Comidaventuras* es una revista para curiosos, para exploradores, para viajeros, para los que quieren conocer recetas nuevas y divertirse con la comida de todos los días, para los que quieren comer saludablemente y sentirse bien, para los que quieren saber cosas nuevas de alimentos antiguos.

Los curiosos del pasado encontrarán en estas páginas algunos relatos sobre la historia de la alimentación. Los exploradores científicos, una serie de experimentos comestibles que se hacen en la cocina y se disfrutan en la mesa. Los viajeros incansables, rutas y costumbres alimentarias de nuestro país y del mundo. Los que adoran que les cuenten cosas, se encontrarán con historias de personajes, datos curiosos, noticias, cuentos... Y para que todos se animen, claves para disfrutar de la comida y vivir con salud y ¡recetas para meter la cuchara!