

## DEMUESTRA QUE ERES TODO UN MAESTRO PANADERO

	Como ya sabes, ¡el mundo del pan tiene mucha miga! Y ahora ha llegado el momento
	de demostrar todo lo que sabes sobre él, marcando las respuestas correctas  a estas preguntas, con una "x". ¡Es pan comido!
C	UÁNDO SE ELABORÓ EL PRIMER PAN DE LA HISTORIA?
	A En el Neolítico  B Durante el Imperio Romano  C En la Edad Media
,(	QUIÉNES DESCUBRIERON LA FERMENTACIÓN DEL PAN Y CREARON LOS PRIMEROS HORNO
	A Los romanos  B Los griegos  C Los egipcios
,(	QUÉ INGREDIENTES SE NECESITAN PARA ELABORAR PAN?
	A Harina, agua, sal y levadura  B Harina, aceite de oliva, sal y levadura  C Harina, huevo, sal y levadura
)	QUÉ PAPEL TIENE LA HARINA EN LA ELABORACIÓN DEL PAN?
	A Es un ingrediente secundario y podemos incluso prescindir de ella  B Es el ingrediente principal para elaborar pan y suele ser de trigo  C Procede de multitud de cereales, pero rara vez del trigo
Ç	QUÉ ES LA LEVADURA?
	A Un tipo de especia con sabor a pan  B Es un ingrediente secundario y podemos incluso prescindir de ella  C Es un ser vivo que provoca la fermentación de la masa
,(	CUÁNDO EMPIEZA LA FERMENTACIÓN?
	A Cuando la levadura entra en contacto con la harina y el agua  B Cuando la sal entra en contacto con la harina y el agua  C Cuando la levadura entra en contacto con la sal



A GrecasB GreñasC Grietas





8. ¿A QUÉ TEMPERATURA SE HORNEA EL PAN?			
<ul> <li>A A una temperatura externa de 230 °C</li> <li>B A 100 °C</li> <li>C A 150 °C</li> </ul>			
9. ¿POR QUÉ AUMENTA DE VOLUMEN EL PAN DURANTE LA COCCIÓN?			
<ul><li>A Por la formación de la corteza</li><li>B Por la formación de la miga</li><li>C Por la evaporación del agua y los gases</li></ul>			
10. ¿PARA QUÉ SIRVEN LOS HIDRATOS DE CARBONO, PRESENTES EN EL PAN?			
<ul> <li>A Son la principal fuente de energía para el cuerpo</li> <li>B Ayudan a prevenir enfermedades cardiovasculares</li> <li>C Reparan y construyen tejidos</li> </ul>			
11. ¿QUÉ CARACTERIZA A LAS HARINAS INTEGRALES?			
<ul> <li>A Que tienen un valor calórico más alto</li> <li>B Que su composición es igual a la del grano íntegro</li> <li>C Que tienen un contenido en fibra más bajo</li> </ul>			
12. ¿CUÁL ES EL PAN MÁS CONOCIDO EN ESPAÑA?			
<ul><li>A La chapata</li><li>B La barra</li><li>C Los picos</li></ul>			
13. ¿EL PAN ENGORDA?			
<ul> <li>A No, ningún alimento engorda por sí mismo</li> <li>B Sí, su contenido en grasas es elevado</li> <li>C El blanco, sí, el integral, no</li> </ul>			
14. ¿POR QUÉ EL PAN INTEGRAL ES TAN RICO EN FIBRA?			
<ul> <li>A Por su alto contenido en hidratos de carbono</li> <li>B Porque se le añade durante su elaboración</li> <li>C Porque conserva el salvado y el germen del grano í</li> </ul>	integro		
15. ¿A QUÉ AYUDA LA FIBRA, PRESENTE EN EL PAN?			
<ul> <li>A A facilitar el tránsito intestinal</li> <li>B A la síntesis de tejidos</li> <li>C Es el principal combustible del organismo</li> </ul>			
16. ¿CUÁNTAS RACIONES DE CEREALES RECOMIENDAN LOS EXPERTOS CONSUMIR AL DÍA?			
<ul> <li>A De 4 a 6 raciones al día</li> <li>B Los expertos no recomiendan consumir cereales</li> <li>C De 2 a 3</li> </ul>			





