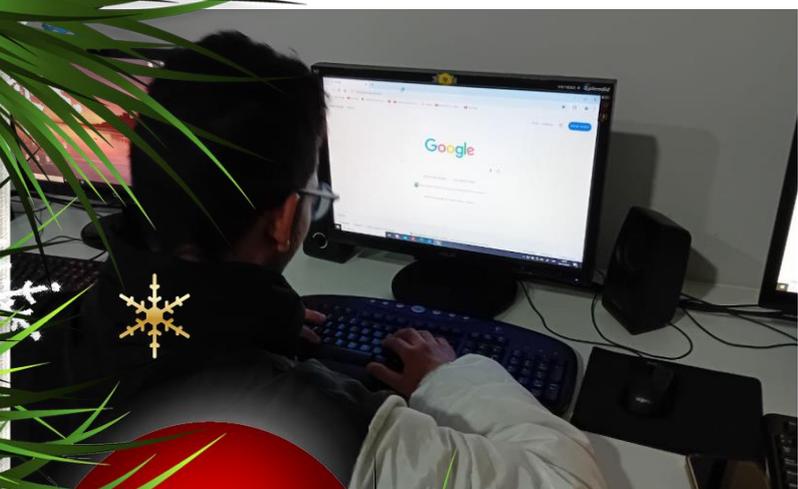




ASPAINCA, nuestra revista

ASPAINCA



Taller de Informática de ASPAINCA
ASPAINCA
Diciembre de 2024



ASPAINCA (siglas de Asociación de Padres para la Integración en Cáceres) fue fundada en 1987, y desde entonces concede apoyo a personas con algún tipo de discapacidad física, intelectual, sensorial o del desarrollo, además de proporcionar servicios de Atención Temprana, Terapia Ocupacional, Centro de Día y Talleres, entre otros.

Los usuarios del Taller de Informática hemos querido llevar a cabo una nueva revista con temas de nuestro interés, demostrando lo que hemos aprendido a hacer en el taller. Queríamos hacer una publicación digital de calidad, interesante, y que incluyera los aspectos de la actualidad y el entretenimiento que más nos gustan.

Queremos que nuestra revista llegue a todas las personas posibles, por lo que podéis imprimir este documento utilizando cualquier aparato preparado para tal fin. Eso sí, recomendamos consultarlo en algún dispositivo electrónico, ayudando en la sostenibilidad del Medio Ambiente.

¡Esperamos que os guste!

BIENVENIDOS

En el Taller de Informática de ASPAINCA nos gusta mucho aprender y buscar información en Internet. ¡Nos parece muy divertido!

Hemos preparado esta revista, entre todos los grupos, para que podáis conocer los descubrimientos que hemos hecho en el taller.

Para esta edición nos hemos centrado en temas históricos, en el equipo de Baloncesto de Cáceres, y en lenguas que apenas se hablan, entre otros.

¡Estamos seguros de que los contenidos os serán muy interesantes!

CÁCERES PATRIMONIO DE LA HUMANIDAD, SU PLANTILLA MÁS ACTUAL



Como todos los equipos de baloncesto, el Cáceres Patrimonio de la Humanidad, nuestro equipo de baloncesto local, también va cambiando de jugadores.

La temporada 2024-2025 está teniendo importantes novedades en su plantilla.

A nosotros nos gusta mucho el equipo, así que hemos decidido enseñaros cuál es la plantilla actual del conjunto:

- Jubril Adekoya (Ala-Pívot) (#0)
- Ja'Monta Black (Escolta) (#4)
- Fernando Sierra (Alero) (#9)
- Edu Gatell (Pívot) (#12)
- Dani Rodríguez (Base) (#24)
- Cándido Sá (Pívot) (#3)
- Óscar Alvarado (Base) (#7)
- Rubén Salas (Ala-Pívot) (#11)

- Pedro García (Alero) (#13)
- Nacho Arribas (Escolta) (#26)
- Erikas Kalinichenko (Alero) (#44)



Detrás de estos jugadores también está el cuerpo técnico, encargado de que todo funcione a la perfección:

- Adrià Alonso (Entrenador)
- Jacinto Carbajal (Entrenador ayudante)
- María Reina (Preparadora física)
- Álvaro Navas (Fisioterapeuta)
- Alejandro Mostazo (Delegado)
- Pepe Casares (Uteros)

Todos juntos, forman uno de los mejores equipos de baloncesto de la ciudad de Cáceres.

El equipo sigue evolucionando, con grandes novedades durante los últimos meses. Y su plantilla tiene mucho que decir en las competiciones en las que participa.

¿QUÉ ES UN TEST DE VELOCIDAD DE ESCRITURA?

Telee el siguiente texto...

La mecanografía es fundamental hoy en día para mejorar la calidad del trabajo y la agilidad del mismo. El término mecanografía viene de las palabras **mecano** (Mecánico - Máquina) y **grafía** (Letra), y es el proceso de introducir texto en un dispositivo por medio de un teclado. El término se acuñó cuando se empezaron a utilizar las primeras máquinas de escribir mecánicas. El teclado QWERTY es la distribución de teclado más común. Su nombre proviene de las letras de las primeras seis teclas de la fila superior. El curso de mecanografía de cursomeca.com permite aprender a teclear con los 10 dedos sin mirar el teclado. Con la técnica aprendida y un poco de práctica se pueden conseguir velocidades sorprendentes.

La mecanografía es fundamental hoy en día para mejorar la calidad del trabajo y la agilidad del mismo. El término mecanografía viene de las palabras

Una de las pruebas más interesantes (y a la vez complicadas) que hacemos en el Taller de Informática son los test de velocidad. Esta prueba la hacemos (no como prueba, en realidad) con el fin de probarnos a nosotros mismos.

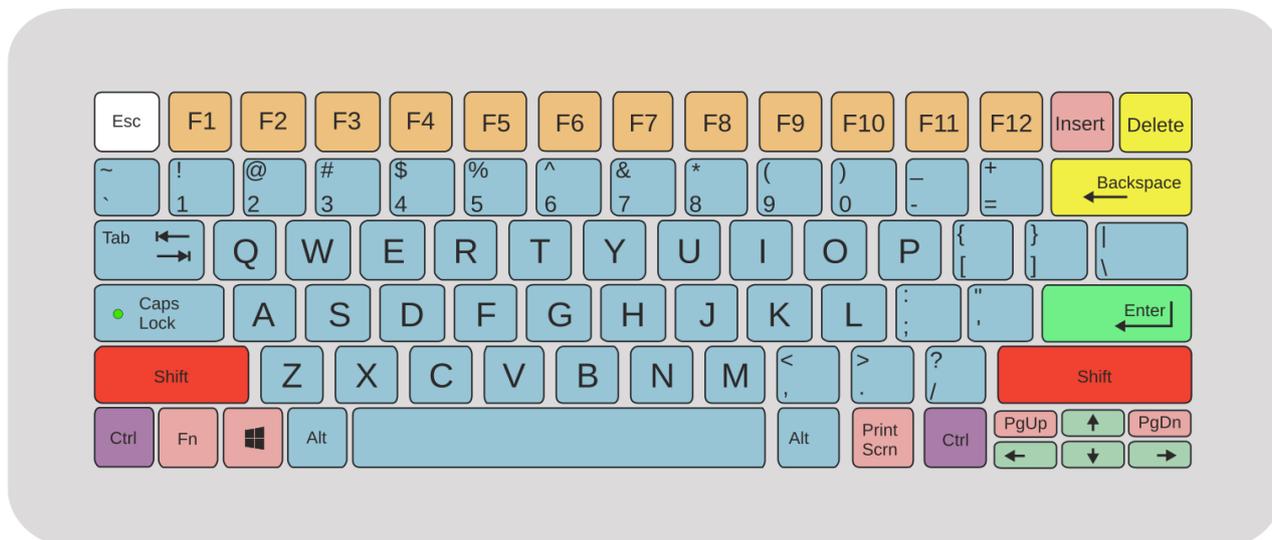
En mecanografía, un test de velocidad es una prueba que tiene como objetivo medir la velocidad y precisión que tenemos a la hora de escribir con el teclado de un ordenador. Generalmente se utilizan a modo de evaluación, pero nosotros los usamos con muchos fines.

Los test de velocidad que usamos son automáticos: el programa nos da un texto de muestra que tenemos que escribir de la manera más rápida posible. No tenemos un tiempo límite, pero obtendremos una mayor puntuación cuanto más rápido escribamos.

Para darnos la puntuación de cada test de velocidad, el programa tiene en cuenta la cantidad de palabras que escribimos de forma correcta, la velocidad de escritura (en palabras por minuto) y la cantidad de errores que haya. El resultado se mide en Palabras Por Minuto.

La dificultad que tienen los textos varía mucho. Existen pruebas que solo tienen algunas palabras. Otras pueden llegar a tener grandes cantidades de líneas de texto. Nuestro programa suele tener un párrafo de aproximadamente 120 palabras.

¿CÓMO NOS AYUDAN LOS TEST DE VELOCIDAD?



Aunque a primera vista los test de velocidad pueden llegar a parecer complicados, la verdad es que nos ayudan de muchas maneras.

Para escribir correctamente en el ordenador, es casi imprescindible que sepamos dónde está cada letra, en los teclados que usamos. Aprender las teclas de memoria puede llegar a ser complicado, por lo que escribimos textos habitualmente con el fin de practicar con estos teclados y memorizar los caracteres que nos vamos encontrando.

Una particularidad de los test de velocidad que hacemos es que el programa está configurado para que tengamos que escribir de manera exacta lo que vemos en la pantalla. Esto quiere decir que, si no escribimos algo bien, no podremos continuar con la parte del texto que nos queda. Así, tendremos que investigar los caracteres y encontrarlos en el teclado. ¡Es un buen reto!

Los test de velocidad no son la única manera de practicar nuestra velocidad con el teclado, sino que también escribimos cuentos, porciones de libros famosos y, por supuesto, esta revista.

¡Cada día escribimos mejor y más rápido!

ALADDIN, OTRO CLÁSICO ATEMPORAL



Disney tiene en su catálogo un montón de películas que nos gustan mucho.

En una de nuestras anteriores revistas le echamos un vistazo a El Rey León. Para esta ocasión queremos revisar Aladdin, otro de esos clásicos por los que nunca pasan los años.

Aladdin es el nombre de una película de dibujos animados producida por Disney. Se proyectó en cines en el año 1992, con una duración de 90 minutos.

Oficialmente, la producción de la película comenzó en 1988: Howard Ashman, un famoso compositor, pensó en convertir Aladino en un musical. Compuso algunas canciones, pero tuvo que esperar hasta 1991 para que la guionista Linda Woolverton hiciera algunas modificaciones de los bosquejos del compositor, añadiendo elementos de El Ladrón de Bagdad.

Otros dos trabajadores de Disney realizaron cambios en la trama, además de realizar el diseño de personajes basándose en la obra de Al Hirschfeld (un popular caricaturista que tenía obras parecidas a las miniaturas persas y a la caligrafía árabe), escenarios inspirados en la ciudad de Isfahán, pinturas de la época victoriana y ensayos fotográficos acerca de la cultura que había en el Medio Oriente.

Para la animación de algunas de las escenas que salen en Aladdin se usó un programa de ordenador llamado CAPS.

LOS NÚMEROS DE ALADDIN



Los números que maneja el estreno en cines de Aladdin son espectaculares.

La película, primero, tuvo un estreno limitado a Hollywood el 8 de noviembre de 1992, con proyecciones en Los Ángeles y Nueva York. Llegó al gran público el 13 de noviembre de 1992, consiguiendo recaudar 438306 dólares durante esa semana.

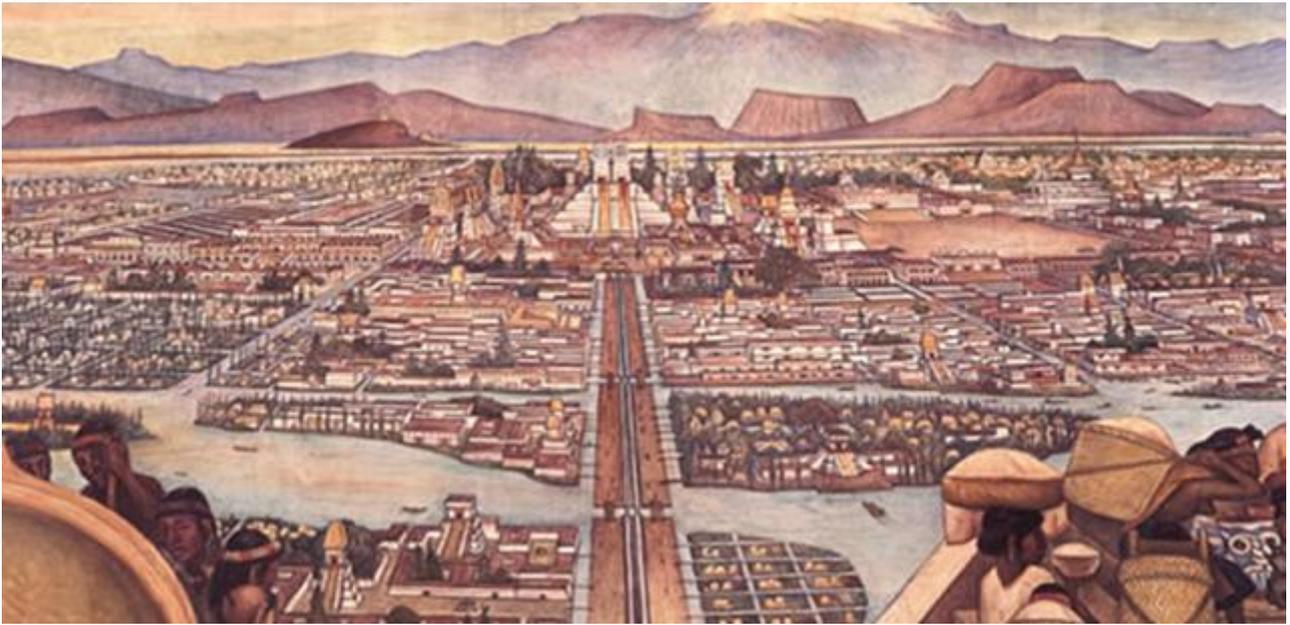
El 25 de noviembre de 1992 se estrenaba en más de 1000 salas de cine, con unas ganancias de 19,2 millones de dólares, solo durante el primer fin de semana.

Durante la semana navideña (del 25 al 31 de diciembre de 1992), Aladdin había conseguido casi 100 millones de dólares.

El dinero conseguido en aquella época, en las taquillas de todo el mundo, llegó a alcanzar los 504 millones de dólares, convirtiéndose en la película más popular de Disney.

Disney sigue poniendo en marcha todo tipo de materiales de entretenimiento. ¡Incluso tiene parques de atracciones!

UN PEQUEÑO ANÁLISIS DEL IMPERIO AZTECA



En este número de la revista queremos hacer un poco de historia. Y queremos comenzar con el famoso Imperio Azteca, que tan famoso fue en su día... Y en la actualidad.

Al Imperio Azteca también se le conocía como Imperio mexicana, Triple Alianza o Imperio tenochca (esto se debe a su idioma original, el náhuatl, que especificaba la zona como Exkan Tlahtoloyannota o Ēxcān Tlahtōlōyān, es decir "Los tres lugares donde se dan órdenes). Concretamente, fue una unidad política compleja y multiétnica. Según se ha descubierto, existió en el área central de Mesoamérica, en el período Posclásico Tardío a la Conquista española.

Oficialmente, en el Imperio Azteca estaban integrados los dominios de la Triple Alianza (en la que se incluían Texcoco, Tlacopan y México-Tenochtitlan. Este fue el resultado de varias facciones que obtuvieron la victoria en una guerra civil entre la ciudad de Azcapotzalco y las antiguas provincias que le tributaban.

Al principio, el Imperio Azteca fue pensado como una alianza de tres ciudades autónomas, es decir, que no se necesitaban entre sí, pero con el tiempo Tenochtitlan obtuvo una dominancia militar respecto de los demás estados. De hecho, cuando los conquistadores españoles llegaron a la zona en 1519, las tierras de la Alianza estaban sido gobernadas desde el estado que hemos mencionado.



La fundación de la conocida como Triple Alianza fue en 1430, después de que Azcapotzalco fuera derrotado. Esto se consiguió gracias a la alianza de mexicas, acolhuas y tlacopanecas. Hasta ese momento, estos se habían comportado como vasallos.

La expansión del Imperio Azteca se fue sucediendo hasta alcanzar el centro de México, la parte central de Oaxaca, Guerrero, la costa del golfo de México y el Soconusco.

Oficialmente, el fin del Imperio Azteca se produjo el 13 de agosto de 1521, cuando los españoles, en alianza con los tlaxcaltecas y totonacas (entre otros pueblos de la zona), derrotaron a la resistencia mexica en Tenochtitlan y Tlatelolco.

LA ORGANIZACIÓN SOCIAL DEL IMPERIO AZTECA

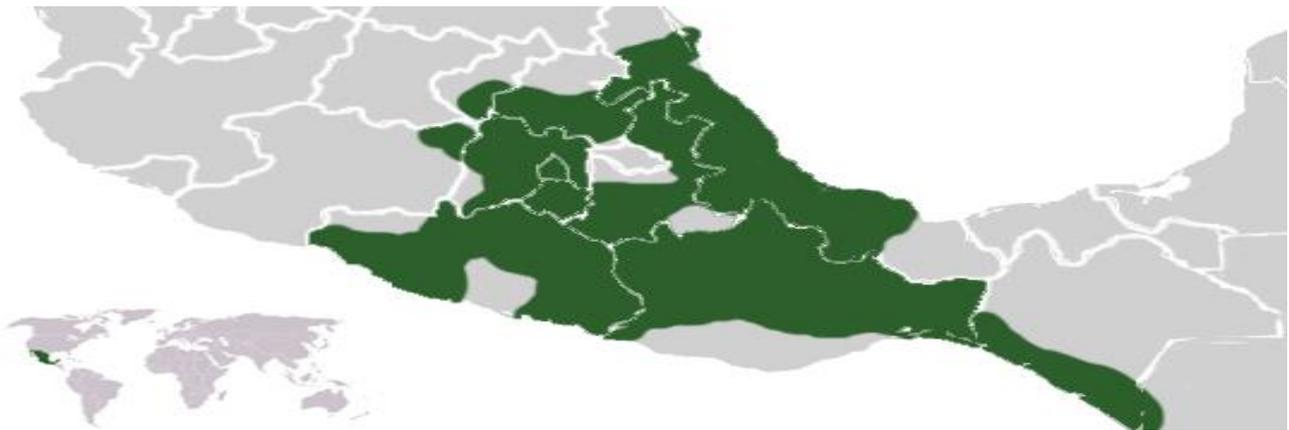


La sociedad del imperio se organizó de una manera bastante curiosa.

Se dividió en 20 clanes, los cuales fueron llamados calpullis. Aunque la religión influía bastante en la vida cotidiana, los clanes eran formados por grupos de personas que tenían entre sí algún tipo de parentesco, tanto biológico como religioso, y que a la vez tenía que ver con el culto al dios titular.

Cada clan, además, tenía tierras, un templo y un jefe o calpullec. Existían tres clases: nobles, gente común y esclavos. Cada clase tenía sus derechos y deberes, pero estos no tenían nada que ver con lo que tenemos hoy en día.

POR QUÉ DESAPARECIÓ EL IMPERIO AZTECA



Aún hoy en día, mucha gente sigue preguntándose por qué desapareció el Imperio Azteca.

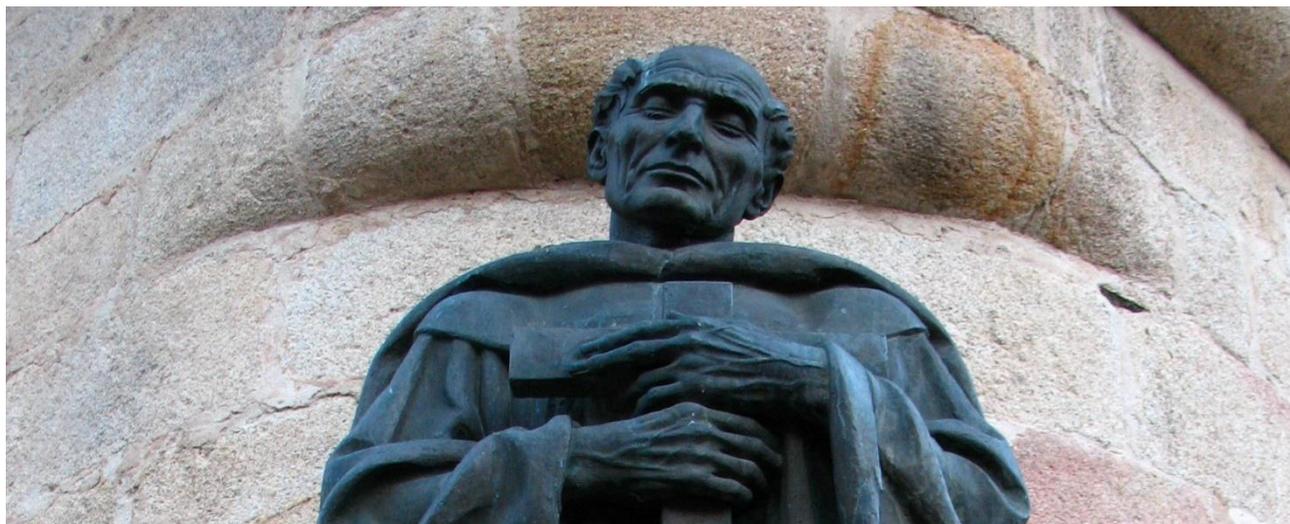
Hay varias razones. Hernán Cortés llegó a lo que hoy es México en 1519. Moctezuma les recibió, y cogió muchas confianzas con él. Según se dice, el 22 de mayo de 1520 hubo un ataque a los aztecas. Estos expulsaron a los españoles de la isla.

Años después, los españoles volvieron con refuerzos y establecieron alianzas, sitiando Tenochtitlan. En esos momentos también se estaba propagando una epidemia de viruela, factor que fue bastante decisivo a la hora de derrocar al imperio.

Hubo tres razones para que el Imperio Azteca cayera: las alianzas de Hernán Cortés con otros pueblos, el armamento español y la propia viruela. También, la situación geográfica de Tenochtitlan la hacía proclive a ser atacada.

Al final, el Imperio Azteca es uno de los imperios más recordados. No solo por cómo fue su sociedad, sino también por las cosas que hizo.

ASÍ FUE SAN PEDRO DE ALCÁNTARA



San Pedro de Alcántara es el nombre de un santo español, que al principio era fraile franciscano. Realmente se llamaba Juan de Garavito y Vilela de Sanabria. Recibió la beatificación en 1622 por el Papa Gregorio XV, mientras que fue canonizado en 1669 por Clemente IX.

San Pedro de Alcántara nació en 1499 en Alcántara, Cáceres, en una familia noble. Tras hacer un curso de gramática y filosofía en su pueblo, fue enviado a estudiar leyes en la Universidad de Salamanca. En 1515 abandona esos estudios y toma los hábitos en el convento de San Pedro de los Majarretes, cerca de Valencia de Alcántara. Será aquí donde tome el nombre de Fray Pedro de Alcántara.

Unos años después funda El Palancar en Pedroso de Acim, el convento más pequeño del mundo.

San Pedro de Alcántara tenía un estilo de vida muy orientado a la contemplación, pero eso no impedía que estuviera en contacto con mucha gente, en persona o comunicándose por cartas.

Fue importante para Santa Teresa de Jesús, de la que era consejero, y para Carlos I, quien le invitó a ser su confesor. Sin embargo, él se mantuvo centrado en sus actividades habituales.

Fallece el 18 de octubre de 1562 en Arenas de San Pedro, Ávila. Con motivo de su beatificación, la población de San Andrés del Monte lo declara patrón en 1622, siendo fiesta el 19 de octubre de cada año.

MIGUEL INDURÁIN, UNO DE LOS MEJORES DEPORTISTAS DEL PAÍS



Miguel Induráin es uno de los deportistas más famosos del país. Ya no es ciclista, pero estuvo compitiendo en la categoría profesional entre 1984 y 1996. La gente dice que es el mejor ciclista español de la historia y uno de los mejores deportistas del país.

Comenzó a montar en bici con solo nueve años, iniciándose en el ciclismo a los diez años. Su primera bici de carretera la tuvo a los once años, con la que participó (en 1975) en una carrera de alevines en la que consiguió el segundo puesto.

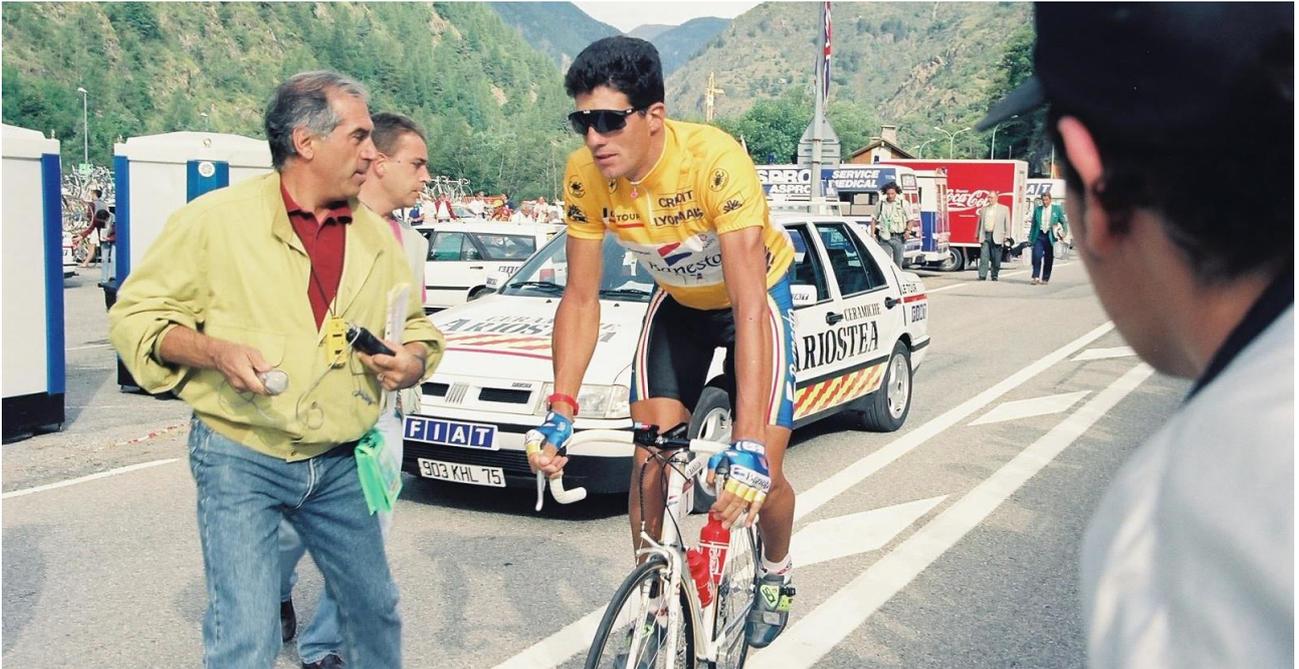
La primera victoria le vino en una carrera en Elizondo, con el Club Ciclista Villavés. Tras ingresar en el equipo, ya pudo competir normalmente.

Induráin comenzó a hacer ciclismo para canalizar sus energías por un enfado: sus padres querían que estudiase, pero él no estaba de acuerdo.

Su debut en el ciclismo profesional fue el 7 de septiembre de 1984, con el equipo del Reynolds, en el Tour del Porvenir. En la misma carrera ya pudo conseguir su primera victoria en la contrarreloj de la décima etapa.

Esos logros invitaron al ciclista a seguir esforzándose en todas las competiciones.

GANADOR DE COMPETICIONES



Miguel Induráin fue progresando en las diferentes competiciones en las que estuvo.

Destaca el hecho de ser el ganador del Tour de Francia desde 1991 a 1995, y el Giro de Italia en 1992 y 1993. También fue campeón del mundo contrarreloj en 1995, campeón olímpico contrarreloj en 1996 y ganador del récord de la hora, en 1994, durante dos meses.

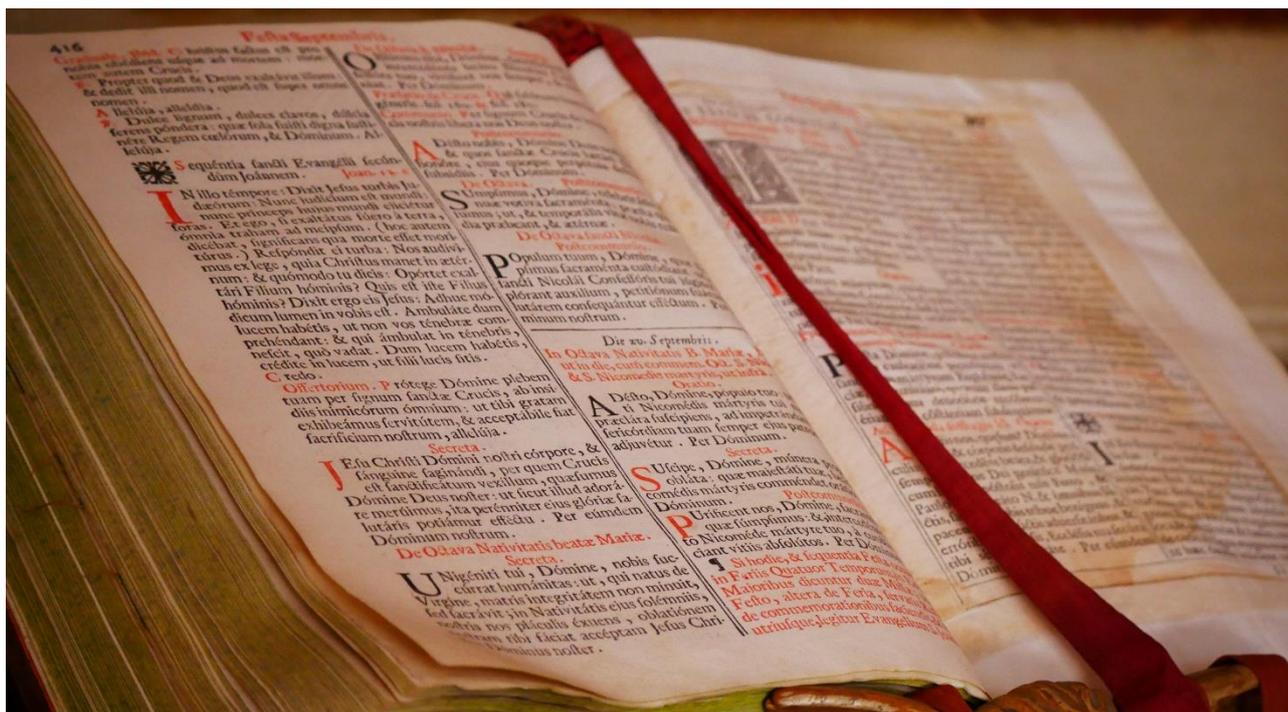
Gracias a las competiciones que ha ganado, ha sido parte de la Sesión Inaugural del Salón de la Fama de la UCI, en 2002, además de ser considerado el octavo mejor ciclista del Tour de Francia.



Induráin es actualmente una persona muy discreta, aunque también se le puede ver en diferentes eventos deportivos, ya sean relacionados con el ciclismo o no. De hecho, le gusta acudir personalmente a determinadas competiciones.

Hay que tener en cuenta que Induráin también tiene su propia presencia en Internet, con diferentes sitios y cuentas en redes sociales que permiten seguirle el rastro, en las actividades que realiza.

¿QUÉ ES EL LATÍN?



El latín es una lengua itálica que pertenece al subgrupo latino-falisco y a la familia de las lenguas indoeuropeas. Es una lengua que se hablaba en la Antigua Roma, en la Edad Media y en la Edad Moderna. También estuvo presente en la Edad Contemporánea, siendo una lengua científica hasta el siglo XIX.

El nombre del latín deriva del Lacio (en latín, Latium), una zona geográfica de la península itálica en la que se desarrolló Roma.

Su importancia adquirió notoriedad con la expansión de Roma, siendo lengua oficial del Imperio Romano en zonas de Europa, África septentrional y Oriente Próximo. En algunos casos, en estos sitios también se hablaba griego.

El latín también ha dado lugar a muchas lenguas europeas, las cuales son denominadas lenguas romances: español, francés, gallego, portugués, rumano, catalán, corso, o mozárabe.

Su influencia se extiende hasta la formación de muchas palabras de las lenguas modernas, debido sobre todo a que, aunque el Imperio Romano tuvo su caída, esta lengua se siguió usando para las ciencias y la política. Su presencia apenas se vio afectada por la presencia de otras lenguas.

EL LATÍN EN LA ACTUALIDAD



Actualmente, la presencia del latín ha disminuido de manera notoria, aunque se sigue utilizando en muchos aspectos de nuestra sociedad.

Destaca que la Iglesia católica lo utiliza como lengua litúrgica oficial. También está presente en los nombres binarios de la clasificación científica de los reinos animal y vegetal, para destacar figuras o instituciones del mundo del Derecho, etc.

Por otra parte, el estudio del latín y el griego clásico es a lo que se llama los estudios clásicos. En países como Alemania, se sigue enseñando junto a otras lenguas modernas.

Según estadísticas oficiales, el latín tiene actualmente 1000 hablantes, demostrando que la lengua ha quedado casi en total desuso. Al menos, en este aspecto.



Por último, debemos destacar algo muy importante: aunque el latín está en desuso, existen muchísimos cursos en Internet de personas que nos ayudarán a aprenderlo. Esto incluye su lectura, escritura y pronunciación.

Esto no significa que el latín se vaya a hablar ahora de manera habitual, pero sí es una buena manera de invitar a la gente a que lo conozca un poco.

QUÉ SON LOS FENÓMENOS ATMOSFÉRICOS



Los fenómenos atmosféricos, también llamados fenómenos meteorológicos, son aquellos eventos que tienen lugar en la atmósfera terrestre. La mayoría se deben a variaciones y desequilibrios locales en la temperatura y densidad de los vientos. Estos suelen ir desde zonas de aire más frío y denso, hasta lugares con aire más cálido y dilatado.

Hay varios estratos en la atmósfera terrestre, dependiendo si estos están alejados o no de la superficie terrestre. También hay que tener en cuenta las condiciones de presión y temperatura. Ocurre algo parecido cuando se cambia de latitud y longitud, según las regiones climáticas del mundo, también cambian en cuanto a humedad, densidad y la cantidad de energía solar que reciben.

Los fenómenos atmosféricos pueden ser de tres tipos:

- Ópticos: cuando se tiene en cuenta la manera en que la luz solar ha ingresado en la atmósfera terrestre, y su interacción con el aire. Podemos poner de ejemplo las auroras boreales.
- Hídricos: cuando se tiene en cuenta el impacto de las condiciones atmosféricas en el ciclo hidrológico o del agua. Podemos poner de ejemplo las lluvias y lloviznas.

- Meteorológicos: cuando se tiene en cuenta la incidencia de las condiciones de presión y temperatura en las masas de aire que componen la atmósfera, es decir, los vientos. Podemos poner ejemplo los huracanes y las depresiones tropicales.

LOS FENÓMENOS ATMOSFÉRICOS MÁS CONOCIDOS

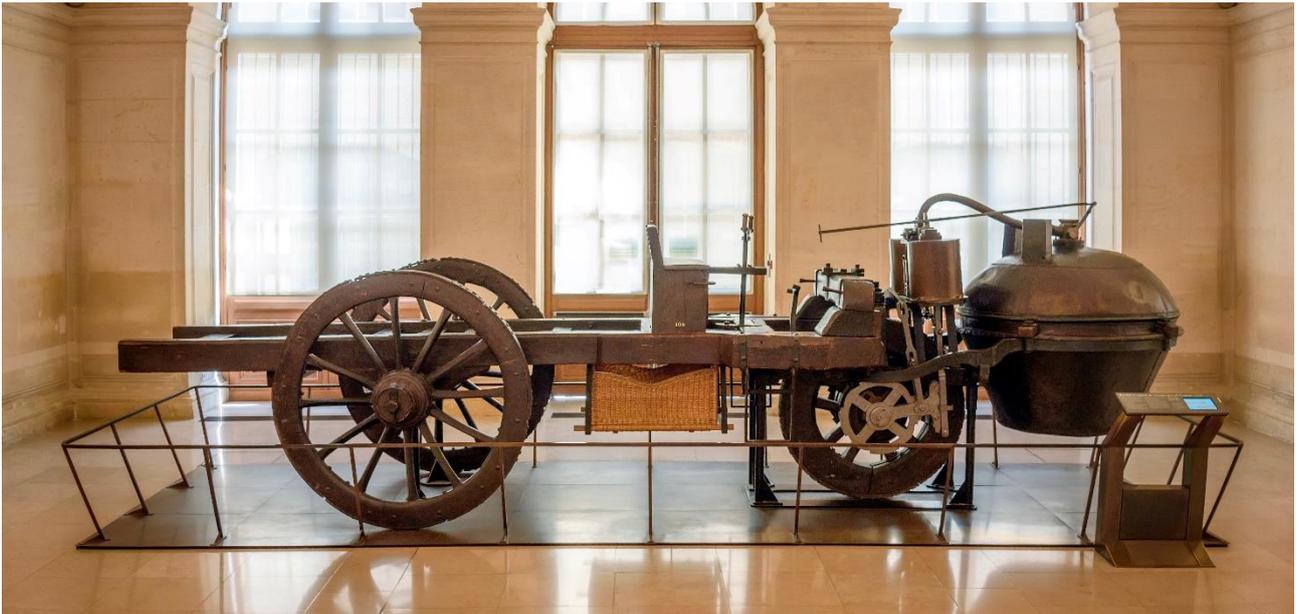


Hay muchísimos fenómenos atmosféricos en la naturaleza, pero podemos destacar los más conocidos:

- Precipitaciones (lluvia, llovizna, granizo o nieve).
- Huracanes.
- Auroras (aurora boreal, aurora austral, viento solar).
- Tornados.
- Arcoíris.

Todos los fenómenos atmosféricos dependen de las condiciones climatológicas que haya en cada zona del mundo. Esto significa que pueden existir determinados fenómenos en algunos lugares, mientras que, en otros, algunos serán prácticamente imposibles de ver.

EL PRIMER COCHE



Los coches hoy en día son muy avanzados, pero a nosotros nos gustaría recordar la historia y viajar, al menos sobre el papel, al momento en el que se inventó el primer coche, el primer automóvil.

Tenemos que centrarnos en el año 1769, cuando el ingeniero Joseph Cugnot desarrolló en Francia un sistema mecánico que servía para transportar las piezas de artillería hasta el campo de batalla. Este sistema podría ser calificado como el primer vehículo, aunque no tenía mucho que ver con los coches de hoy en día.

El vehículo, que ya estaba motorizado, tenía un armón al que se adaptó una caldera en la que el agua se calentaba con leña y terminaba produciendo vapor. El vapor, cuando alcanzaba una determinada presión, impulsaba los pistones de dos cilindros laterales que a su vez actuaban sobre las ruedas dentadas que había instaladas.

El curioso automóvil alcanzaba solo 15 kilómetros por hora como velocidad máxima, pero a la vez era difícil de controlar porque la presión de la caldera no tenía regulación. El sistema de dirección funcionaba por palancas y no era preciso. Y tampoco había frenos, por lo que resultaba muy difícil parar las tres toneladas que pesaba el invento.

EL PRIMER ACCIDENTE



Las primeras demostraciones del carro de Cugnot se hicieron a solo 5 kilómetros hora, y acabaron con el invento estrellado contra un muro, produciendo así el primer accidente automovilístico de la historia.

El accidente provocó que los detractores del automóvil tuvieran razones suficientes para argumentar que era un peligroso, y el proyecto de mecanizar el transporte fue abandonado.

De todas formas, la idea básica siguió viva, y hoy en día se sigue usando en los coches modernos.

Como curiosidad, el prototipo original se puede ver en el Museo de Artes y Oficios de París. Incluso, en 2010 se construyó una réplica como proyecto de fin de carrera de unos alumnos, y la hicieron funcionar en un recorrido por París.

Hoy en día, el mundo de los coches ha avanzado de manera espectacular, con una evolución que pocos pensaban que podía darse.

DESCUBRIENDO LA NASA



Detrás de las siglas NASA se esconde la Administración Nacional de Aeronáutica y el Espacio (National Aeronautics and Space Administration, en inglés), una agencia del gobierno de Estados Unidos que es la responsable del programa espacial civil y las investigaciones aeronáuticas y aeroespaciales.

La agencia fue fundada en 1958 por el presidente estadounidense de aquel entonces, Dwight Eisenhower. Su intención era la de tener un carácter civil, fomentando aplicaciones totalmente pacíficas de la ciencia espacial.

El 29 de julio de 1958 se aprobaba la National Aeronautics and Space Act, desestabilizando al Comité Asesor Nacional para la Aeronautica. La nueva agencia comenzaba a funcionar el 1 de octubre de ese mismo año.

La mayoría de esfuerzos por la exploración espacial de Estados Unidos se han producido por la NASA. De hecho, en 2020, la agencia seguía apoyando a la Estación Espacial Internacional, supervisando el desarrollo del vehículo multiuso de la tripulación Orión, el sistema de lanzamiento espacial y los vehículos tripulados comerciales.

Por otra parte, la NASA es responsable del Programa de Servicios de Lanzamiento, el cual se encarga de dar servicios de supervisión de las operaciones de lanzamiento y gestión de la cuenta regresiva para aquellos lanzamientos de la agencia que no son tripulados. Es decir, de aquellos que no dirigen personas, desde su interior.

LOS PROGRAMAS DE LA NASA



La NASA no solo se ocupa de viajar al espacio, sino también de tener una mejor comprensión de la Tierra. Esto se logra con el Sistema de Observación de la Tierra, un programa que está continuamente observando el planeta.

También existen otros programas, como el programa de Investigación en Heliofísica de la Dirección de Misiones Científicas, el cual intenta avanzar en el campo de la heliofísica. Mención especial a la exploración de cuerpos en el sistema solar (que incluyen misiones robóticas avanzadas), y a la investigación de preguntas de la astrofísica, como el Bing Bang. Esto último se consigue con los Grandes Observatorios y los programas que están asociados a los mismos.



La NASA no suele trabajar sola, sino que comparte la información que consigue con otras organizaciones, tanto nacionales como internacionales. Un ejemplo está en el satélite Ibuki, de la Agencia Japonesa de Exploración Aeroespacial.

En definitiva, la NASA está inmersa en una gran cantidad de investigaciones con enfoque espacial. Estas siguen dando sus frutos, mes a mes.

RECETAS: MENÚ PARA LA NAVIDAD

La navidad ya ha llegado, por lo que hemos decidido escribir recetas para que tengáis un menú de navidad a la altura.

Tened en cuenta que nuestro particular menú incluye primer plato, segundo plato y un delicioso postre.

PRIMER PLATO: CREMA VERDE CON VIEIRAS



Como primer plato hemos propuesto una crema de espárragos verdes con vieiras. Es un plato ligero y sabroso que tiene un fondo de marisco y cremosidad. Un plato perfecto para empezar la cena.

Tardaremos 25 minutos en cocinarlo.

Los ingredientes para cuatro personas son los siguientes:

- Espárragos verdes.
- Cebolla.
- Nata líquida.

- Vieiras.
- Maicena.
- Caldo de verdura.
- Aceite, sal y pimienta.

Seguimos estos pasos para cocinar el plato:

1. Limpiamos, lavamos y troceamos un manojo de espárragos. También pelamos y picamos la cebolla. Después la sofreímos en un fondo de aceite y añadimos los espárragos. ¡Cuidado en el proceso!
2. Cubrimos con 300 ml de caldo y cocemos durante 12 minutos. Echamos salpimenta, vertemos 100 ml de nata y trituramos.
3. Disolvemos 1 cucharada de maicena en agua y agregamos la crema de los pasos anterior. Después, la llevamos a ebullición. Finalmente, salteamos 4 vieiras 1 minuto por cada lado en un poco de aceite y salpimenta.
4. En el paso final, servimos la crema con las vieiras.

SEGUNDO PLATO: LUBINA CON CÍTRICOS Y RISOTTO VERDE



Si queremos acompañar la crema que ya hemos hecho en el plato anterior, nada mejor que esta lubina con cítricos y risotto verde. Es una combinación de pescado y

arroz que encantará a las personas con las que compartamos estos momentos tan especiales.

El tiempo de elaboración es de aproximadamente 60 minutos.

Los ingredientes para cuatro personas son los siguientes:

- 4 filetes de lubina de aproximadamente 200 gramos de peso. ¡Recordad que no tengan espinas!
- Sal en escamas.
- Piel de 1 limón y 1 naranja.
- 8 cucharadas de aceite de oliva.
- 40 gramos de azúcar. Podemos sustituir este ingrediente por otro de similares características.
- 15 tallos de cebollino.



Detallamos los ingredientes necesarios para preparar el risotto:

- 200 gramos de arroz bomba.
- 1 manojo de perejil.
- 1 litro de caldo de verduras.
- 50 gramos de mantequilla.

- Aceite de oliva.
- Sal.

Seguimos estos pasos para cocinar el risotto:

1. Lavamos el perejil y lo doramos en un cazo con un hilo de aceite. Después, pasamos el cazo a un cuenco con hielo para enfriar el perejil muy rápido. Ahora, trituramos con el caldo y colamos todo.
2. Fundimos la mantequilla en una cazuela, añadimos el arroz y lo tostamos. Después, vertemos un cazo de caldo de perejil hirviendo, sazonamos y removemos todo. Coceremos la mezcla durante 20 minutos, añadiendo más caldo poco a poco. También tenemos que ir removiendo, según se evapore el caldo anterior.



Ahora, seguimos estos pasos para cocinar la lubina:

1. Lavamos la piel de los cítricos, es decir, del limón y la naranja, y la cortamos en tiras. Las coceremos con 100 ml de agua el azúcar (o equivalente) durante 15 minutos. Después, las escurrimos bien y las freímos en la mitad del aceite durante 3 o 4 minutos.
2. Cortamos el cebollino por la mitad a lo largo, lo freímos en 2 cucharadas de aceite y lo escurrimos.
3. Finalmente, sazonamos el pescado y lo asamos 3 minutos por cada lado, en la planchada, que estará untada con el resto del aceite.
4. Servimos el risotto, la piel de los cítricos y el cebollino.

POSTRE: CORONA DE FRUTAS, CONFITURA Y MACARONS



Tened en cuenta que la elaboración de este postre puede llegar a ser un poco difícil. ¡Pero el resultado es estupendo!

Estimamos que el tiempo que tardaremos en hacerlo es de aproximadamente 1 hora y 30 minutos.

Los ingredientes que necesitaremos son los siguientes, si queremos postre para hasta 8 personas:

- 280 gramos de azúcar.
- 100 gramos de aceite vegetal suave.
- 1 yogur.
- 220 gramos de harina.
- 3 huevos.
- 1 clara.
- 1 cucharada pequeña de levadura en polvo.
- 100 gramos de confitura de albaricoque.
- Cacao en polvo, o equivalente.

Para decorar, podemos usar estos ingredientes:

- 300 gramos de frutos os.
- 5 macarons rosas.
- Varias hojas pequeñas de hierbas frescas.



Estos son los pasos a seguir para hacer el postre:

1. Precaentamos el horno a 80 grados. Batimos la clara de huevo y le echamos poco a poco 80 gramos de azúcar, o su equivalente. Cuando todo esté bien montado, ponemos el merengue en la manga pastelera.
2. Preparamos una bandeja de horno con papel sulfurizado. Dejaremos caer pequeños trozos de merengue haciendo formas de gotas y lágrimas. Tapamos y lo metemos en el horno durante 1 hora. Después del tiempo, apagaremos el horno sin sacar los merenguitos. Reservamos.
3. Ahora, forramos un molde redondo de 26 cm con papel sulfurizado, y precalentamos el horno a 180 grados.
4. Batimos los huevos con el resto de azúcar (o equivalente). Agregamos el aceite y el yogur. No podemos olvidar añadir la harina tamizada con la levadura. Vertemos en el molde y horneamos durante 35 minutos.
5. Comprobamos la cocción: si está lista, la dejamos enfriar sobre una rejilla. Cuando el bizcocho esté frío, lo cortamos en 2 planchas de 1 centímetro. Marcamos un círculo en el centro del bizcocho y hacemos el agujero central. Cubrimos la capa inferior con la confitura, usando un pincel o cuchara.
6. Ahora, colocamos la capa superior del bizcocho encima y la espolvoreamos con cacao (o equivalente). Lavamos los frutos rojos.
7. Con el fin de decorar la corona, colocamos los macarons dejando la misma distancia entre ellos. Después, rellenamos los huecos con los frutos rojos y repartimos los merengues pequeños y las hierbas frescas, y servimos.

¡Esperamos que este menú navideño os haya gustado!

SOPA DE LETRAS

E	J	Y	D	E	S	T	R	E	L	L	A	U	C
B	C	M	E	S	A	H	H	P	E	B	L	M	J
T	R	E	Y	E	S	M	A	G	O	S	V	O	S
H	M	G	V	N	P	U	F	Y	O	L	N	M	O
Z	N	A	C	I	M	I	E	N	T	O	G	Y	L
S	X	N	A	V	I	D	A	D	R	K	Q	E	J
U	B	P	A	U	V	V	M	C	O	R	O	N	A
D	U	T	Q	W	Á	R	B	O	L	Y	Z	V	C
L	H	L	J	E	S	Ú	S	X	D	O	S	N	L
I	F	J	Q	M	J	P	Z	T	V	R	J	T	O
Z	V	R	G	U	I	R	N	A	L	D	A	K	Z
A	Z	M	F	D	B	Q	Z	Y	L	Q	D	N	J
F	T	U	G	A	I	P	A	P	Á	N	O	E	L
K	S	O	P	A	D	E	L	E	T	R	A	S	P

Corona	Estrella
Guirnalda	Jesús
Mesa	Nacimiento
Navidad	PapáNoel
Reyesmagos	Árbol

ADIVINANZAS



Lo comes en navidad, Tiene miel y almendras. ¿Qué es?	El turrón.
Quién será, Un hombre vestido de rojo, Que viene en Navidad.	Papá Noel.
Al compás de las campanas de medianoche, Las comemos una tras otra, Hasta dar las doce.	Las uvas.
Escrita o dibujada, A los Reyes ha sido enviada.	Carta a los Reyes Magos.
En sus grandes jorobas, A los tres Reyes trajeron, Atravesando el desierto, Sin agua ni alimento.	Los camellos.



Desde el Taller de Informática de ASPAINCA

os deseamos

¡FELIZ NAVIDAD!

¡Y UN EXCELENTE AÑO 2025!

Finalmente queremos agradecer a ASPAINCA todos los esfuerzos realizados para poder poner en marcha esta revista.

También damos las gracias a todos los profesionales y personas que han colaborado en la realización de los textos, su diseño y la inserción de las imágenes en el documento. Sin su ayuda la revista no hubiera sido posible.

¡Esperamos que os haya gustado!



ASPAINCA

Taller de Informática – Diciembre de 2024