

Comprensió lectora

Exercici 3

25 punts

Llegiu el text que teniu a continuació i responeu si les afirmacions següents són vertaderes (a) o falses (b), d'acord amb el contingut del text.

(!) *Escriviu les respostes en el full òptic.*

Recepta dels bunyols del dia de les Verges

«Avui són les Verges, tots hi hem d'anar! De bunyols amb sucre, hem de berenar!» Aquesta era la cançó que cantàvem a l'escola quan asseguts tots a terra el dia de les Verges ens donaven a tots bunyols perquè berenàssim.

Els bunyols es fan a Mallorca el 21 d'octubre, el dia de les Verges. Segons l'antiga tradició, la nit del 20 d'octubre, els joves anaven a cantar a les fadrines, qui els ho agraien amb bunyols i vi de moscatell. Les coses canvien i això ja no és així, però ens ha quedat una part ben dolça de la tradició: el bunyol.

Tot i que són igual de bons amb forat o sense, intentaré explicar-vos tan bé com pugui com es fan. Pel que fa a les proporcions d'ingredients, tothom té la seva recepta: amb més farina, amb més ous, amb llet, etc. Quina és la millor recepta és un misteri, però jo us propòs la que a mi més m'agrada.

Abans de tot, vull remarcar que ben calentets són més bons, ja que quan es refreden perden el crec-crec que fa la crosta i tornen fluixos. Passats per sucre o mel, són boníssims!

Ingredients per a 8 persones

- 300 g de farina
- 500 g de patata crua pelada
- 15 g de llevat sec
- 3 ous
- 240 g d'aigua en què hem bullit la patata
- Aigua amb sal
- Sucre o mel

Elaboració

Posam aigua dins una olla i la feim bullir, llavors hi afegim la patata. Quan sigui ben cuita, la treim de l'aigua i la passam pel passapuré, perquè quedi ben molta. Segurament de tot d'una cremi molt; per això, esperau que es refredi un poc abans de trossejar-la. Volem que la patata tengui una temperatura manejable, però no freda.

A continuació, treballam una mica la patata i seguidament hi afegim els ous d'un en un. Ara, dissolem el llevat dins l'aigua, que ha de ser tèbia, i ho mesclam amb la patata i els ous. Quan s'hagi mesclat tot perfectament, començam a afegir-hi la farina. Us ha de quedar una massa homogènia, d'una densitat similar a la del puré de patata. Deixam reposar la pasta tapada amb paper de plàstic transparent o un pedaç durant 45 minuts o fins que vegeu que ha pujat i ja és tova. Ja la tenim a punt.

Preparam una paella amb 2 o 3 dits d'oli i la posam al foc. Per comprovar si l'oli és a punt, hi tiram unes gotes d'aigua.

Ara ve la part més complicada i divertida de l'elaboració: hem de donar forma als bunyols. Per això, us he fet unes fotografies dels 3 passos bàsics.

1. Amb una mà formam una espècie de volcà, una petita bolla de pasta que quan estrenyem el puny surt entre el dit polze i l'índex.



2. Ens banyam els dits de l'altra mà amb l'aigua amb sal i agafam la bolla de pasta amb la punta dels dits.



3. Ràpidament, li feim un forat amb els dits cor i polze i la deixam caure dins l'oli calent.



Repetim l'acció fins que la paella sigui plena i els dauram per les dues bandes. En estar a punt, els treim i els posam dins un colador per eliminar-ne l'excés d'oli. Feim el mateix amb tota la pasta i ja tenim els bunyols a punt!

Sucau-los dins un platet amb sucre o mel i que facin molt bon profit!

Extreta de la web <http://demelisucre.gastronomicament.cat/2012/10/20/bunyols-de-les-verges/> [adaptació]

11. Segons la tradició, el dia de les Verges els fadrins anaven a cantar a les al·lotes.

- a) Vertader
- b) Fals

12. Quan els bunyols es refreden són molt cruixents.

- a) Vertader
- b) Fals

13. L'aigua en la qual s'ha de dissoldre el llevat no ha de ser ni freda ni calenta.

- a) Vertader
- b) Fals

14. La pasta s'ha de deixar reposar destapada i dins la gelera.

- a) Vertader
- b) Fals

15. Per fer la forma dels bunyols, amb una mà formam una bolla de pasta i amb l'altra, amb els dits banyats amb aigua i sucre, agafam la bolla amb la punta dels dits.

- a) Vertader
- b) Fals

| | | | | | | |
|-------------------|----------------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Exercici 3 | Encerts | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | Punts | 25 | 20 | 15 | 10 | 5 |

Exercici 4

25 punts

Llegiu el text següent i triau, en cada cas, la resposta correcta, d'acord amb el contingut del text.

(!) *Escriviu les respostes en el full òptic.*

8 CONSELLS PER PREVENIR LES MALALTIES DELS INFANTS A L'HIVERN

Les baixes temperatures i el sistema immunològic encara immadur dels més petits fan que els processos gripals i catarrals i les dificultats respiratòries siguin molt presents a les consultes de pediatria a l'hivern. Tot i que no podem evitar que es contagiïn d'algunes malalties, sobretot si estan en contacte amb altres infants, sí que podem practicar alguns hàbits —i ensenyar-ne d'altres— per procurar disminuir les possibilitats que emmalalteixin en aquesta època de l'any.

Grip, faringitis, amigdalitis i dificultats respiratòries com ara bronquitis i bronquiolitis són les malalties més comunes dels infants a l'hivern. Tot i que les baixes temperatures no són les responsables directes d'aquestes patologies, sí que n'afavoreixen l'aparició, ja que el fred fa que els petits pèls que tenim al nas perdin mobilitat, per la qual cosa la seva funció com a barrera protectora enfront dels microorganismes és menys eficaç.

Per prevenir les malalties dels infants a l'hivern, podem posar en pràctica alguns consells:

1. La casa, ventilada i amb la temperatura correcta

A l'hivern, el fred i la falta de llum fan que passem més hores a casa, per la qual cosa hem de mantenir-la en condicions òptimes per prevenir malalties:

- Ventilar almenys durant deu minuts cada dia per netejar i regenerar l'aire.
- Mantenir la casa a una temperatura temperada, sense la calefacció massa alta. Cal procurar que l'organisme utilitzi els seus mecanismes reguladors de la temperatura i s'acostumi a adaptar-se al fred.
- Utilitzar humidificadors, ja que la calefacció resseca l'ambient i pot agreujar algunes infeccions.

2. Rentar-se les mans sovint

Rentar-se bé les mans és una de les mesures més importants per evitar la propagació dels gèrmens en la família. Sobretot abans de dinar, en arribar a casa i si s'ha estat en contacte amb altres infants.

3. Esternuts i tos, al braç

Així com hem de procurar-ho els adults, és positiu inculcar als infants l'hàbit d'esternudar i tossir tapant-se amb el braç per evitar la propagació de virus i bacteris a través de les mans. També s'han d'utilitzar mocadors de paper d'un sol ús per mocar-se.

4. Evitar llocs tancats molt concorreguts i el contacte amb altres malalts

Com ja hem explicat, el sistema immunològic dels infants és més feble, per la qual cosa estan més exposats als virus i bacteris que poden acumular-se en llocs concorreguts i tancats. Pel mateix motiu, també han d'evitar el contacte amb altres malalts.

5. Evitar el fum del tabac

Els tòxics que inhalen els infants amb el fum del tabac fan que disminueixin encara més les seves defenses i pot provocar i agreujar dificultats respiratòries.

6. Dieta adequada

A l'hivern hem d'augmentar el consum d'aliments rics en vitamines A i C, com ara fruita i verdura, que ajuden a enfortir les defenses dels infants.

7. No compartir estris amb altres infants

El contagi de les malalties és molt comú entre els infants. Per intentar prevenir-lo, hem de procurar que no comparteixin estris com ara coberts o plats.

8. Vacunar contra la grip

Els infants i la gent gran tenen les defenses més febles, de manera que al costat d'altres poblacions de risc, tenen l'opció de vacunar-se contra la grip per reduir la possibilitat de contreure la infecció i contagiar altres persones. No cal vacunar un infant sa, però es pot prendre aquesta mesura amb la grip estacional si els pares ho sol·liciten o si el pediatre ho considera necessari.

En general, és recomanable visitar el pediatre si l'infant continua amb símptomes després de dos dies, està cansat i decaigut o no té gana. I mai és sobrer fer una consulta si teniu qualsevol dubte, tot i que els símptomes no semblin greus.

16. Marcau l’afirmació correcta.

- a) Seguint els consells que explica el text, s’evitarà del tot que els nins es posin malalts.
- b) El fred és la causa directa de l’aparició de les malalties dels infants a l’hivern.
- c) La grip i els constipats són la causa de moltes consultes pediàtriques a l’hivern.

17. D’acord amb el text:

- a) Cal mantenir la casa ben calenteta, amb la calefacció alta, per no constipar-se.
- b) S’ha d’humidificar l’ambient.
- c) Convé ventilar la casa almenys durant 20 minuts cada dia.

18. Pel que fa a les mesures de prevenció:

- a) Per evitar la propagació de gèrmens, cal rentar-se bé les mans després de dinar.
- b) Per evitar la propagació de virus i bacteris a través de les mans, és recomanable esternudar i tossir tapant-se amb el braç.
- c) L’ideal és que els infants utilitzin mocadors de cotó per mocar-se i evitar així la propagació de virus i bacteris.

19. Marcau l’afirmació correcta.

- a) Estar en contacte amb altres malalts és positiu per enfortir el sistema immunològic.
- b) No afecta la propagació de gèrmens el fet que l’infant es trobi en un lloc obert o tancat.
- c) A l’hivern convé que els infants consumeixin més aliments que ajudin a fer més fortes les seves defenses.

20. Cal tenir en compte el següent:

- a) Per prevenir la grip, s’han de vacunar tots els infants, encara que estiguin sans.
- b) Si un infant, després de dos dies, continua amb símptomes, no fa falta que visiti el pediatre per tal de no saturar els centres de salut.
- c) Per evitar el contagi, és important que els infants no comparteixin els utensilis de menjar.

| | | | | | | |
|-------------------|----------------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Exercici 4 | Encerts | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| | Punts | 25 | 20 | 15 | 10 | 5 |