

TEXT 2

Has de respondre a les preguntes que et faran les persones que examinen sobre el contingut del text següent. Aquesta part de la prova oral durarà 3 o 4 minuts. Disposes de 10 minuts per a llegir el text i preparar-la.

BATCH COOKING

El *batch cooking*, o cuinar per lots, és el nom que rep el mètode que proposa reduir i optimitzar el temps que dediquem a la cuina casolana. Aquesta tendència consisteix a elaborar, en unes poques hores, tots els menjars que consumim al llarg de tota la setmana. Com? Amb molta organització i aprofitant al màxim els recursos que tenim i les coccions comunes dels aliments. El més important és dissenyar una bona planificació i fer una llista de la compra, cuinar receptes senzilles amb bases comunes i conservar els aliments adequadament en la nevera.

entrenosotros.consum.es (adaptació)