

# EL PAN

**I. ¿Te hornear pan en casa ?** \_\_\_\_\_. ¿Te ha hecho hace algún tiempo? \_\_\_\_\_  
¿Cuándo estás hablando? \_\_\_\_\_ ¿Con qué frecuencia? \_\_\_\_\_

Ingredientes: harina y agua, sal, levadura (...)  
Tipo de cereales: trigo, centeno, cebada, maíz \_\_\_\_\_

¿Dónde está / estaba crecido el cereal que se han utilizado? ¿Es \_\_\_\_\_ de cereales aplastados en su casa o de harina comprado? \_\_\_\_\_

¿Qué tipo de levadura se utiliza: frescos, secos, \_\_\_\_\_ son otros ingredientes añadidos? A veces o siempre \_\_\_\_\_

Otros ingredientes: azúcar, especias, grasa (mantequilla, \_\_\_\_\_), semillas (\_\_\_\_\_), frutas (\_\_\_\_\_), huevo (\_\_\_\_\_), embutidos (\_\_\_\_\_), leche (\_\_\_\_\_).

Proceso: la masa (harina y agua), yeasting, de cocción, de refrigeración. En el horno: la leña, electricidad, gas.

Hornos antiguos: la arcilla, piedra o ladrillo sartén, parrilla, brasa, directamente encima del fuego.

Almacenamiento: ¿Dónde lo conservas? \_\_\_\_\_ ¿Cuánto tiempo? \_\_\_\_\_

## II. El pan se compra ...

En una panadería, supermercado, hipermercado \_\_\_\_\_

Al comprar, es teniendo en cuenta: que haya sido cocido con la madera, los materiales que se han hecho con el precio, \_\_\_\_\_

## III El pan en la dieta.

¿Qué tipo de pan que normalmente consumen hacer? (cereales, pan, ...) \_\_\_\_\_ forma de comer diariamente: en el desayuno, almuerzo, merienda, cena, \_\_\_\_\_

Aproximadamente, ¿cuántos kilos de pan (por persona) lo que consume durante el año?

Menos de 50, 50-75, 75-100, 100-150, \_\_\_\_\_

Lo hizo cambiar mucho la cantidad de pan que consume? \_\_\_\_\_; ¿Es más o menos ahora?

El pan representa en la lista de la compra de: menos del 5%, 5-10% \_\_\_\_\_

¿Cómo se usa el pan? a) para acompañar a todo b) sandwich, pan con tomate, tostadas con mantequilla, \_\_\_\_\_

¿Te hacen uso de pan duro? \_\_\_\_\_: En la sopa de ajo, pan frito, las migas, el pudín negro, \_\_\_\_\_

## IV Pan Gallego en Antropología.

¿Sabes lo que es "pan negro"? \_\_\_\_\_ Conoces algún refrán relacionado con el pan? \_\_\_\_\_

¿Destacarías el pan de algunas zonas de Galicia? \_\_\_\_\_

Recuerde algún aspecto de interés o curiosidad relacionada con el pan? \_\_\_\_\_

-----

<sup>1</sup> Esta encuesta es para hacer por cada uno de los miembros de cada familia.