

FICHA TÉCNICA

Curso: Elaboraciones básicas y platos elementales con hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos . HOTR0408 - Cocina

Horas: 70

Objetivos:

Analizar, poner a punto y realizar el proceso de ejecución y conservación de elaboraciones básicas de múltiples aplicaciones que resulten aptas para la elaboración posterior de platos con hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos.

Analizar, poner a punto y aplicar las técnicas básicas de cocinar hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos y, en su caso, de conservación, para obtener elaboraciones culinarias y platos elementales.

Analizar, poner a punto y realizar el proceso de regeneración que precisan las elaboraciones culinarias a base de hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos para su uso o consumo posterior.

Analizar y efectuar operaciones de acabado de elaboraciones culinarias de hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos de acuerdo con su definición, estado y tipo de servicio, para responder a una óptima comercialización.

Dirigido a:

Cocinero.

Capacita para:

Para desarrollar un adecuado conocimiento de maquinaria, herramientas, utillaje y batería destinado a la transformación de dichos alimentos, conocer los fondos y preparaciones básicas con estos ingredientes mejorando la calidad y aprovechamiento del género, así como saber las técnicas de cocinado, conservación y manipulación correctas. Aplicar conocimientos sobre regeneración y emplatado de las elaboraciones. Del mismo modo, capacita para hacer sencillas presentaciones, montajes adecuados y adornos más representativos destinados a este tipo de platos.

Otros datos:

Este manual desarrolla, a través de sus unidades didácticas, aquellas técnicas sencillas de elaboración, clasificación gastronómica y comercial que son interesantes, tanto para empresas como para trabajadores, en la manipulación de hortalizas, pastas, arroz…
También encontrará la definición de términos culinarios relacionados con la conservación y regeneración de las necesidades básicas.

FICHA TÉCNICA

Para una mejor comprensión de abreviaturas y terminología específica, éstas vienen desarrolladas en notas aclaratorias que se encuentran durante todo el manual.

De igual forma, el manual incluye distintos ejercicios teórico-prácticos para incrementar la comprensión del texto y así ser de fácil asimilación

Contenido Formativo:

1. Maquinaria, batería, utillaje y herramientas utilizados en las elaboraciones básicas y platos elementales con hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos

- 1.1. Introducción
- 1.2. Características de la maquinaria utilizada
- 1.3. Batería de cocina
- 1.4. Utillaje de cocina y herramientas
- 1.5. Resumen

2. Fondos, bases y preparaciones básicas de múltiples aplicaciones para hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos

- 2.1. Introducción
- 2.2. Composición y elaboración de los fondos elaborados con hortalizas.
- 2.3. Factores a tener en cuenta en su elaboración. Utilización
- 2.4. Otras preparaciones básicas elaboradas con hortalizas y su utilización (coullís, salsas, cremas, veloutés, farsas…)
- 2.5. Fondos y bases industriales elaboradas con hortalizas
- 2.6. El sofrito y sus distintas formas de preparación según su posterior utilización
- 2.7. Aplicación de las respectivas técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de fondos, salsas, mantequillas compuestas y otras preparaciones básicas
- 2.8. Resumen

3. Hortalizas y legumbres secas

- 3.1. Introducción
- 3.2. Hortalizas: definición. Distintas clasificaciones. Hortalizas de mayor consumo
- 3.3. Utilización en cocina de las hortalizas. Análisis organoléptico para conocer el estado de conservación de las especies más comunes
- 3.4. Legumbres. Principales legumbres secas. Categorías comerciales.
- 3.5. Distintas clases de garbanzo, judía y lenteja. Otras leguminosas frescas y secas
- 3.6. Resumen

4. Pastas y arroces

- 4.1. Introducción
- 4.2. Definición de pasta. Distintas clasificaciones. Formatos más comunes. Condimentos, salsas, quesos y farsas para pasta
- 4.3. Definición de arroz. Clasificación en función del tamaño del grano.

FICHA TÉCNICA

4.4. Categorías comerciales. Tipo de arroz y su preparación adecuada

4.5. Resumen

5. Huevos

5.1. Introducción

5.2. Definición. Composición. Clasificación. Distintas formas para saber si está más o menos fresco. Utilización. Formas básicas de preparación. Salsas y guarniciones para acompañamiento de platos de huevos. Utilización de la clara y de la yema

5.3. Ovoproductos y su utilización

5.4. Huevos de otras aves utilizados en alimentación

5.5. Resumen

6. Técnicas de cocinado de hortalizas

6.1. Introducción

6.2. Asar al horno, a la parrilla, a la plancha

6.3. Freír en aceite

6.4. Saltear en aceite y en mantequilla

6.5. Hervir y cocer al vapor

6.6. Brasear

6.7. Aplicación de las distintas técnicas de cocinado a cada una de las variedades

6.8. Resumen

6.9. Técnicas de cocinado de legumbres secas

6.10. Introducción

6.11. Operaciones previas a la cocción (limpieza y selección del grano, remojo, etc.)

6.12. Importancia del agua en la cocción de las legumbres

6.13. Otros factores a tener en cuenta, según la variedad de legumbres

6.14. Ventajas e inconvenientes de la olla a presión

6.15. Resumen

7. Técnicas de cocinado de pasta y arroz

7.1. Introducción

7.2. Cocción de pasta. Punto de cocción. Duración en función del tipo de pasta y formato

7.3. Cocción de arroz. Distintos procedimientos. Punto de cocción.

7.4. Idoneidad del tipo de arroz y método de cocción

7.5. Resumen

8. Platos elementales a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos

8.1. Introducción

8.2. Platos y guarniciones frías y calientes que se elaboran con hortalizas. Preparaciones y platos fríos elaborados con hortalizas.

8.3. Salsas más indicadas para su acompañamiento

8.4. Platos elementales de legumbres secas. Potajes, cremas y sopas de legumbres

8.5. Platos elementales de pasta y de arroz más divulgados.

8.6. Adecuación de pastas y salsas

8.7. Platos elementales con huevos

FICHA TÉCNICA

8.8. Preparaciones frías y ensaladas elementales a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroz y huevos

8.9. Resumen

9. Presentación y decoración de platos a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos

9.1. Introducción

9.2. Factores a tener en cuenta en la presentación y decoración de platos de hortalizas, legumbres, pasta y arroces. Montaje en fuente y en plato. Otros recipientes

9.3. Montaje en fuente y en plato. Otros recipientes

9.4. Adornos y acompañamientos más representativos utilizados en estos platos

9.5. Resumen

10. Regeneración de platos preparados con hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos

10.1. Introducción

10.2. Regeneración. Definición

10.3. Clases de técnicas y procesos simples

10.4. Identificación de equipos asociados

10.5. Fases de los procesos, riesgos en la ejecución y control de resultados

10.6. Realización de operaciones necesarias para la regeneración

10.7. El sistema cook & chill y su fundamento

10.8. Platos preparados: definición. Distintas clases. Platos preparados con hortalizas, otros vegetales y setas

10.9. Resumen