

<b>NOMBRE DEL CURSO:</b> COCINA TRADICIONAL LA COCINA DE LA ABUELA <b>ÁMBITO:</b> HOSTELERÍA Y TURISMO <b>HORAS:</b> 150
--

#### **OBJETIVOS:**

- ✓ Conocer las herramientas básicas para elaboración de platos y como utilizarla.
- ✓ Conocer los productos básicos, sus técnicas de preparación y cocción.
- ✓ Identificar las fases de los procesos, sus riesgos y control de los resultados.
- ✓ Adquirir los conocimientos necesarios para sorprender a tus invitados con platos exquisitos presentados de manera inmejorable.

#### **INDICE:**

UNIDAD 1: Maquinaria, batería, utillaje y herramientas utilizadas en las elaboraciones básicas y platos elementales

1. Características de la maquinaria utilizada

1.1. Generadores de calor

1.2. Generadores de frío

1.3. Maquinaria auxiliar

2. Batería de cocina

3. Utillaje y herramientas

Recuerda

UNIDAD 2: Fondos, bases y preparaciones básicas confeccionados

1. Fondos: Definición. Clasificación. Importancia de los fondos en la cocina

1.1. Definición

1.2. Clasificación

1.3. Importancia de los fondos en la cocina

2. Principales fondos básicos. Composición y elaboración de los fondos elaborados con carnes, aves y caza. Factores a tener en cuenta en su elaboración. Utilización

2.1. Principales fondos básicos. Composición y elaboración de los fondos elaborados con carnes, aves y caza

2.2. Composición y elaboración de los fondos elaborados con hortalizas

2.3. Factores a tener en cuenta en su elaboración. Utilización

3. Otras preparaciones básicas y su utilización (duxelles, tomate concassés, roux, mirepoix, distintos aparejos, borduras, salsas para carnes y aves, mantequillas compuestas y farsas)

3.1. Duxelles (Francia)

3.2. Tomate concassés (Francia)

3.3. Roux

3.4. Mirepoix (Francia)

3.5. Distintos aparejos

3.6. Borduras

3.7. Salsas para carnes y aves

3.8. Mantequillas compuestas

3.9. Farsas

3.10. Coulís

3.11. Purés

3.12. Cremas

4. Fondos y bases industriales

5. Elementos de ligazón clásicos y texturizantes actuales

6. Aplicación de las respectivas técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de fondos, sopas, salsas, mantequillas compuestas y otras preparaciones básicas

6.1 Salsas

7. El sofrito y sus distintas formas de preparación según su posterior utilización

8. Algas marinas y su utilización

8.1. Algas verdes

8.2. Algas rojas

8.3. Algas marrones o pardas

Recuerda

UNIDAD 3: Técnicas de cocinado

1. Definición. Fundamento de la cocción. Principales técnicas de cocinado

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

1.2. Freír en aceite

1.3. Saltear en aceite y en mantequilla

1.4. Hervir y cocer al vapor

1.5. Brasear

1.6. Cocer en caldo corto o court bouillon

### 1.7. En papillote

2. Aplicación de las distintas técnicas de cocinado a cada tipo de corte o pieza de carne de distintas especies, a carnes de las diferentes aves domésticas, a carnes de caza y a distintos despojos

3. Aplicación de las distintas de cocinado a cada especie

3.1. Pescados

3.2. Crustáceos

3.3. Moluscos

4. Aplicación de las distintas técnicas de cocinado a cada una de las variedades de hortalizas

5. Aplicación de las distintas técnicas de cocinado a cada una de las variedades de legumbres secas

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

5.2. Importancia del agua en la cocción de las legumbres

5.3. Otros factores a tener en cuenta, según la variedad de legumbre

5.4. Ventajas e inconvenientes de la olla a presión

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

6.1. Cocción de pasta

6.2. Punto de cocción

6.3. Duración en función del tipo de pasta y formato

7. Cocción de arroz. Distintos procedimientos. Punto de cocción. Idoneidad del tipo de arroz y método de cocción

7.1. Cocción de arroz. Distintos procedimientos

7.2. Punto de cocción

7.3. Idoneidad del tipo de arroz y método de cocción

Recuerda

UNIDAD 4: Platos elementales a base de carnes, aves, caza y despojos

1. Platos elementales más divulgados y su elaboración

2. Guarniciones, salsas y otras preparaciones adecuadas para acompañar platos con carnes, aves, caza y despojos

Recuerda

## UNIDAD 5: Platos elementales a base de pescados, crustáceos y moluscos

### 1. Platos calientes y fríos elementales más divulgados

1.1. Platos calientes elaborados con pescados

1.2. Platos calientes y fríos elaborados con crustáceos

1.3. Platos calientes y fríos elaborados con moluscos

2. Salsas, guarniciones y otras preparaciones adecuadas para acompañar platos con pescados, crustáceos y moluscos

Recuerda

## UNIDAD 6: Platos elementales a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos

1. Platos y guarniciones frías y calientes que se elaboran con hortalizas. Preparaciones y platos fríos elaborados con hortalizas. Salsas más indicadas para su acompañamiento

1.1. Platos y guarniciones calientes que se elaboran con hortalizas

1.2. Preparaciones y platos fríos elaborados con hortalizas

1.3. Salsas más indicadas para su acompañamiento

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

3. Platos elementales de pasta y de arroz más divulgados. Adecuación de pastas y salsas

3.1. Platos elementales de pasta más divulgados. Adecuación de pastas y salsas

3.2. Platos elementales de arroz más divulgados. Adecuación de pastas y salsas

4. Platos elementales con huevo

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

Recuerda

## UNIDAD 7: Pastas y arroces

1. Definición de pasta. Distintas clasificaciones. Formatos más comunes. Condimentos, salsas, quesos y farsas para pasta

1.1. Definición de pasta

1.2. Distintas clasificaciones

1.3. Formatos más comunes

1.4. Condimentos, salsas, quesos y farsas para pasta

2. Arroz: definición. Clasificación en función del taño del grano. Categorías comerciales. Tipo de arroz y su preparación adecuada

2.1. Definición

2.2. Clasificación en función del tamaño del grano

2.3. Categorías comerciales

2.4. Tipo de arroz y su preparación adecuada

Recuerda

## UNIDAD 8: Huevos

1. 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 c ...

1.1. Definición

1.2. Composición

1.3. Clasificación

1.4. Distintas formas para saber si está más o menos fresco

1.5. Utilización

1.6. Formas básicas de preparación

1.7. Salsas y guarniciones para acompañamiento de platos de huevos

1.8. Utilización de la clara y de la yema

1.9. Ovoproductos y su utilización

2. Huevos de otras aves utilizados en alimentación

Recuerda

## UNIDAD 9: Regeneración de platos cocinados

1. Regeneración: Definición

2. Clases de técnicas y procesos

3. Identificación de equipos asociados

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

4.1. Fases de los procesos

4.2. Riesgos en la ejecución y control de resultados

## 5. Realización de operaciones necesarias para la regeneración

5.1. Al baño María

5.2. Al vacío

5.3. Vapor

5.4. Convección

## 6. El sistema cook-chill y su fundamento

7. Platos preparados: Definición. Distintas clases. Platos preparados con carnes, aves, caza y despojos

Recuerda

## UNIDAD 10: Presentación y decoración de platos

1. Importancia del efecto visual en la comida. Otros factores organolépticos. Factores que diferencian la decoración clásica de la actual

1.1. Valoración de las cualidades aplicadas a una elaboración

1.2. Factores organolépticos que indican su calidad y estado de conservación

1.3. Factores que diferencian la decoración clásica de la actual

2. Montaje y presentación en fuente y en plato

3. Vajilla: Características. Distintas piezas y su utilización en función del tipo de comida. El color del plato en función de su contenido

3.1. Características. Distintas piezas y su utilización en función del tipo de comida

3.2. El color del plato en función de su contenido

4. Factores a tener en cuenta en la presentación y decoración de platos

5. Distintas técnicas de presentación de platos elaborados con carnes, aves y caza

5.1. Técnica del trinchado

6. Importancia de la presentación y servicio del plato a su debida temperatura

7. Adornos y acompañamientos más representativos de platos de hortalizas, legumbres secas, etc.

8. Adornos y acompañamientos más representativos utilizados en estos platos

8.1. Las guarniciones

8.2. Desespinado

Recuerda