



PLAN DE MEJORA DE LA EMPLEABILIDAD Y RECUALIFICACIÓN

NOMBRE DEL CURSO: CURSO BÁSICO DE COCINA

ÁMBITO: HOSTELERÍA Y TURISMO

HORAS: 150

OBJETIVOS:

- ✓ Conocer términos culinarios.
- ✓ Adquirir conocimientos de cocción de alimentos.
- ✓ Aprender a clasificar, preparar y cocinar diferentes alimentos, desde legumbres, pasando por pescados, carnes, huevos, pasta etc.

INDICE:

Términos culinarios

1. La importancia de conocer los términos culinarios
2. Términos culinarios

Métodos de cocción

1. La importancia de conocer los métodos de cocción
2. Generalidades
3. Clasificación de métodos de cocción
4. Métodos de cocción húmeda
5. Métodos de cocción con calor seco

Características y clasificación de las verduras

1. Introducción
2. Hortalizas y leguminosas
 - 2.1. Clasificación
 - 2.2. Principales legumbres
3. Especies y condimentos
 - 3.1. Introducción
 - 3.2. Hierbas aromáticas
 - 3.3. Especies y semillas

- 3.4. Aderezos y Condimentos
- 3.5. Grasas y aceites
- 4. Hongos y setas
 - 4.1. Introducción
 - 4.2. Taxonomía de los hongos superiores
 - 4.3. Cultivo y reproducción
 - 4.4. Recolección y sus zonas
 - 4.5. Presentación comercial y conservación
- 5. Clases de cortes
 - 5.1. Clases de cortes para las patatas fritas
 - 5.2. Tipos de cortes para las verduras
- 6. Principales cocciones
- 7. Diferentes preparaciones

Pescados y mariscos

- 1. El pescado
 - 1.1. Clasificación
 - 1.2. Fichas de principales especies de consumo
 - 1.3. Factores de influencia sobre los precios. Características de calidad del pescado
 - 1.4. Operaciones preliminares para su conservación
 - 1.5. Cortes y racionamiento del pescado
- 2. Marisco
 - 2.1. Clasificación
 - 2.2. Presentación comercial
 - 2.3. Características del marisco en óptimas condiciones
- 3. Caracoles
- 4. Diferentes métodos de cocción
- 5. Terminaciones de pescados previamente cocidos
 - 5.1. Otras elaboraciones

Preparación y conservación en crudo de carnes, aves y caza

1. Definición y clasificación de las carnes
 - 1.1. Características generales de la carne
2. Especies del vacuno
 - 2.1. Despiece del vacuno
3. Especies del porcino
 - 3.1. Despiece del porcino
4. Especies del ovino y caprino
 - 4.1. Despiece del ovino y caprino
5. Definición de res y canal, composición y características según especies
6. La calidad de la carne
7. Sacrificio del animal
8. Despojos. Definición y tipos según especies
9. Identificación de las aves
10. Identificación de la carne de caza
 - 10.1. Caza mayor
 - 10.2. Caza menor

Las sopas y los potajes

1. Las sopas
2. Las cremas
3. El consomé
4. Los purés
5. Potajes

Fondos y salsas

1. Los fondos de cocina
 - 1.1. Definición y tipos de fondos
 - 1.2. Clasificación según color
 - 1.3. Clasificación según su espesor
 - 1.4. Trabazones para fondos y salsas
2. Las salsas básicas

- 2.1. Salsas básicas calientes
- 2.2. Salsas básicas frías
3. Las salsas derivadas
4. Las mantequillas
5. Fondos complementarios
6. Preparación de fondos básicos

El arroz

1. El arroz
 - 1.1. Introducción
 - 1.2. Categorías y clasificación
2. El arroz y su cocción
 - 2.1. El arroz como guarnición
 - 2.2. Platos más conocidos
 - 2.3. Paella
3. Consejos sobre el arroz

Las pastas

1. Introducción
2. Clasificaciones
 - 2.1. Según su elaboración
 - 2.2. Según su forma
3. Cocción de las diferentes pastas
4. Formas más habituales de elaboración

Los huevos

1. Definición de huevo
2. Comprobación de frescura y estado de un huevo
 - 2.1. Clasificación
3. Diferentes métodos de preparación