

Cocina de la pasta, arroces, legumbres y hortalizas

Modalidad: curso e-Learning Duración: 100 horas

Categorías: Hostelería y turismo

OBJETIVOS

- Aplicar las técnicas culinarias en la elaboración y presentación de platos a base de pastas, arroces, legumbres y hortalizas, así como la regeneración de los mismos.
- Seleccionar útiles, herramientas y equipos de trabajo necesarios para hacer frente a la realización de elaboraciones básicas de múltiples aplicaciones.
- 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.
- Conocer las hortalizas y legumbres secas en torno a categorías comerciales, tipos y conservación.
- Identificar las variedades y tipos de pastas y arroces, así como de condimentos, salsas, quesos y farsas utilizadas en su elaboración.
- Profundizar sobre los tipos de huevos, la ejecución y conservación requerida para su uso, su clasificación comercial y elaboraciones básicas de múltiples aplicaciones que resulten aptas para su elaboración.
- Aprender las técnicas de cocinado de hortalizas.
- Analizar, poner a punto y aplicar las técnicas básicas de cocinar legumbres secas.
- Aplicar las técnicas básicas de cocinado de la pasta y los arroces.
- Llevar a cabo la elaboración de platos a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos.
- 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.
- Efectuar operaciones de regeneración de platos preparados con hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos.

CONTENIDOS

Maquinaria, batería, utillaje y herramientas utilizados

Introducción

Características de la maquinaria utilizada:

Generadores de calor

Generadores de frío

- Máquina auxiliar
- Mobiliario
- Batería de cocina
- Utillaje y herramientas
- Nuevas tecnologías para la elaboración culinaria
- Resumen

Fondos, bases y preparaciones básicas de múltiples aplicaciones

Introducción

Composición y elaboración de los fondos elaborados con hortalizas. Factores a tener en cuenta en su elaboración. Utilización:

- Fondos elaborados con hortalizas
 - Diferentes grados de consistencia de los fondos
- Otras preparaciones básicas elaboradas con fondos de hortalizas y su utilización
- Fondos y bases industriales elaboradas con hortalizas
- El sofrito y sus distintas formas de preparación según su posterior utilización
- Aplicación de las respectivas técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de fondos, salsas, mantequillas compuestas y otras preparaciones básicas:
 - Técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de fondos
 - Técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de salsa
 - Técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de mantequillas compuesta
- Técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de farsas
- Resumen

Hortalizas y legumbres secas

Introducción

Hortalizas: Definición. Distintas clasificaciones. Hortalizas de mayor consumo:

- Distintas clasificaciones
- Hortalizas de mayor consumo
- Utilización en cocina de las hortalizas. Análisis organoléptico para conocer el estado de conservación de las especies más comunes:
 - Estado de conservación de las hortalizas
 - Distintos cortes de la hortaliza en función de su cocinado
- Legumbres
- Principales legumbres secas
- Categorías comerciales
- Distintas clases de garbanzo, judía y lenteja
- Otras leguminosas frescas y secas

Resumen

Pastas y arroces

Introducción

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

- Definición de pasta

- Distintas clasificaciones y formatos más comunes

- Condimentos, salsas, quesos y farsas para pasta

Definición de arroz. Clasificación en función del tamaño del grano. Categorías comerciales.

Tipo de arroz y su preparación adecuada:

- Definición

- Clasificación del arroz

- Categorías comerciales

- Tipo de arroz y su preparación adecuada

Resumen

Huevos

Introducción

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:

- Composición

- Clasificación

- Distintas formas para saber si está más o menos fresco

- Utilización

- Formas básicas de preparación. Salsas y guarniciones para acompañamiento

- Utilización de la clara y de la yema

- Ovoproductos y su utilización

- Huevos de otras aves utilizados en alimentación

Resumen

Técnicas de cocinado de hortalizas

Introducción

Asar al horno, a la parrilla, a la plancha

Freír en aceite

Saltear en aceite y en mantequilla

Hervir y cocer al vapor:

- Hervir

Cocción al vapor
Brasear
Cocinar en microondas
Aplicación de las distintas técnicas de cocinado a cada una de las variedades de hortalizas
Resumen

Técnicas de cocinado de legumbres secas
Introducción
Operaciones previas a la cocción:
 Limpieza del grano y selección
 Remojo
Importancia del agua en la cocción de las legumbres
Otros factores a tener en cuenta, según la variedad de legumbres
Ventajas e inconvenientes de la olla a presión:
 Ventajas
 Inconvenientes
Resumen

Técnicas de cocinado de pasta y arroces
Introducción
Cocción de pasta
 Punto de cocción
 Duración de cocción en función del tipo de pasta y formato
Cocción de arroz:
 Distintos procedimientos
 Puntos de cocción
 Idoneidad del tipo de arroz y método de cocción
Resumen

Platos elementales a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos
Introducción
Platos y guarniciones frías y calientes que se elaboran con hortalizas:
 Presentaciones y platos fríos elaborados con hortalizas
 Platos y guarniciones calientes elaboradas con hortalizas
 Salsas más indicadas para su acompañamiento
Platos elementales de legumbres secas. Potajes, cremas y sopas de legumbres
Platos elementales de pasta y de arroz más divulgados. Adecuación de pastas y salsas:
 Preparaciones elementales con pasta
 Preparaciones elementales con arroz

Platos elementales con huevos

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

Resumen

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

Introducción

Factores a tener en cuenta en la presentación y decoración de platos de hortalizas, legumbres, pasta y arroces:

- Según la técnica de cocción utilizada

- Según las tendencias en la presentación de las elaboraciones

- Tres reglas básicas en la decoración de platos

- Montaje en fuente y en plato

- Otros recipientes

Adornos y acompañamientos más representativos en estos platos:

- Decoración con frutas y verduras

- Decoración con gelatina

Resumen

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

Introducción

Regeneración: definición

Clases de técnicas y procesos simples:

- Descongelación

Identificación de equipos asociados

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

Realización de operaciones necesarias para la regeneración:

- Regeneración producto ultracongelado

- Regeneración productos refrigerados

- Regeneración de productos conservados (enlatados)

El sistema cook-chill y su fundamento.

Platos preparados:

- Definición

- Distintas clases de platos preparados

- Platos preparados con hortalizas, otros vegetales y setas

Resumen

