

Cocina vegetal y cocina especial con intolerancias

Modalidad: curso e-Learning Duración: 75 horas

Categorías: Hostelería y turismo

OBJETIVOS

Familiarizarse con la cocina vegetal y adquirir conocimientos nutricionales, atendiendo a sus valores nutricionales y los inconvenientes que puedan producir a las personas con intolerancias alimenticias. Adquirir los conocimientos nutricionales necesarios sobre la cocina vegetal y los valores nutricionales básicos teniendo en cuenta las reacciones adversas de su consumo. Aplicar las técnicas de cocina necesarias para realizar recetas para dietas de vegetal y dietas especiales, así como a realizar una carta de restaurante y presentación de platos

CONTENIDOS

UD1. Identificación de los principios básicos de cocina vegetal.

1.1. Preparación de cocina vegetal y cocina especial con intolerancias.

UD2. Conocimientos nutricionales.

2.1. Identificación de los valores nutricionales básicos en la alimentación vegetal

2.2. Identificación de las intolerancias y reacciones adversas en la cocina vegetal

UD3 Aplicación de técnicas de cocción y elaboración de platos de base vegetal.

3.1. Técnicas de cocción y elaboración de platos de base vegetal sin gluten.

3.2. Técnicas de cocción y elaboración de platos de base vegetal sin lácteos.

3.3 Técnicas de cocción y elaboración de platos de base vegetal sin huevo.

3.4. Técnicas de cocción y elaboración de platos de base vegetal sin azúcares.

3.4. Realización de la presentación de los diferentes platos

UD4 Elaboración de una carta para restaurante.

4.1. Tipos de entrantes.

4.2. Clasificación de platos principales