

Elaboraciones básicas y platos elementales con hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos - cocina

Modalidad: curso e-Learning Duración: 70 horas

Categorías: Seguridad alimentaria y nutrición

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.

CONTENIDOS

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

Introducción

Características de la maquinaria utilizada

Batería de cocina

Utillaje de cocina y herramientas

Resumen

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

Introducción

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

Otras preparaciones básicas elaboradas con hortalizas y su utilización (coulís, salsas,

cremas, veloutés, farsas...)

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

Resumen

Hortalizas y legumbres secas

Introducción

Hortalizas: definición. 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

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 arroz. Clasificación en función del tamaño del grano. 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

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

Brasear

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

Resumen

Técnicas de cocinado de legumbres secas

Introducción

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

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

Resumen

Técnicas de cocinado de pasta y arroz

Introducción

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

Cocción de arroz. Distintos procedimientos. Punto 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. Preparaciones y platos fríos elaborados 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

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. Montaje en fuente y en plato. Otros recipientes

Montaje en fuente y en plato. Otros recipientes

Adornos y acompañamientos más representativos utilizados en estos platos

Resumen

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

Introducción

Regeneración. Definición

Clases de técnicas y procesos simples

Identificación de equipos asociados

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

Realización de operaciones necesarias para la regeneración

El sistema cook & chill y su fundamento

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

Resumen