

INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE RURAL N° 6012

El Carril - SALTA

CARRERA:

**Tecnicatura Superior en
Gastronomía Regional y
Cultura Alimentaria**

ESPACIO CURRICULAR:

**Introducción a la Cocina
Profesional y Artesanal**

CARRERA: Tecnicatura Superior en Gastronomía Regional y Cultura Alimentaria

ESPACIO CURRICULAR: Introducción a la Cocina Profesional y Artesanal

Fundamentación

Este espacio se presenta como especial dentro del desarrollo de la carrera, al ser parte del campo de formación específica.

Saberes propios del campo profesional, que se conjugarán con otros espacios diferentes y necesarios, que son importantes para la cristalización de teorías y prácticas que gradualmente aproximarán a los alumnos al campo ocupacional.

Las necesidades específicas, objetivos de esta carrera, de revalorizar, rescatar y preservar costumbres y tradiciones gastronómicas, necesitan el sustento de saberes propios de este espacio, para categorizar la formación y garantizar profesionalidad, especificidad, y adecuada salida laboral y emprendedora.

Marco Teórico

El desarrollo de éste espacio será sustentado por una sucesión de instancias teórico-prácticas que deberán construirse en hábitos de trabajo en áreas específicas del mundo gastronómico.

Si bien introducirse en este campo gastronómico tiene su base en el gusto por este tipo de trabajo, el objetivo primordial de este espacio se basa en el conocimiento y manejo óptimo de los diferentes equipamientos, instalaciones, utensilios, accesorios y materias primas y su transformación, que garanticen la consecución de objetivos cercanos, específicos y el objetivo general de la habilidad y la capacidad de desenvolverse en un ámbito profesional específico de la cocina Regional y la Cultura Alimentaria.

INTRODUCCIÓN A LA COCINA PROFESIONAL Y ARTESANAL

La capacitación que adquieren los alumnos en este espacio los habilita a desempeñarse en otros espacios curriculares específicos de diferentes áreas de la gastronomía, especialidades y futuros trabajos en servicios gastronómicos variados.

Y de especial importancia destacar la necesidad de adquirir conocimientos y habilidades imprescindibles en la Práctica Profesional que permitan a los alumnos resolver situaciones en la utilización de productos y tecnologías regionales y desenvolverse en proyectos propios, de servicio o de dependencia y que los diferencie de gastrónomos generales.

Objetivos

- Conocer los diferentes equipamientos básicos e instalaciones de la cocina.
- Conocer y diferenciar utensilios y accesorios específicos de uso regular en la cocina.
- Reconocer ingredientes básicos de la cocina: carnes, verduras, frutas, hierbas y especias, etc.
- Adquirir un vocabulario técnico específico.
- Conocer técnicas básicas de cortes de vegetales.
- Conocer técnicas básicas de cocción de vegetales, carnes, legumbres y cereales.
- Conocer técnicas de diferentes salsas madres y derivadas.
- Desarrollar la capacidad de decidir en cuanto a los procedimientos adecuados referidos a métodos de cocción y técnicas según la materia prima a utilizar.
- Identificar y conocer cambio físico- químicos que afectan a los alimentos.
- Conocer la importancia de la implementación de Buenas Prácticas de Manufactura.
- Conocer uso de los fuegos y métodos de cocción específicos de la cocina regional.
- Desarrollar un glosario específico de términos culinarios, ingredientes específicos.

CONTENIDOS

UNIDAD 1: Ámbito Gastronómico

Sistemas modernos de Restaurant. Normas de servicio. Reglas generales del servicio de mesas. Tipos de servicio de mesas. Servicio de Alimentos y Bebidas. Áreas de Cocina. Tipos de cocina. Equipos de cocina. Equipos de frío. Hábitos adecuados de trabajo. Utensilios de cocina. Instrumentos para medir. Instrumentos para moler, mezclar, separar, procesar, manipular. Envoltorios, recipientes, cazuelas y sartenes.

Los cocineros. Los clásicos: los siete sabios. Vatel. Carême. Brillat-Savarin. Escofer. Bosc. Robuchon. Arzak. Arguiñano. Mallman. Las cocineras. Cleopatra. Catalina de Médicis. Cocineras contemporáneas. Cualidades de un cocinero. Su indumentaria. Rangos jerárquicos. El chef. Manejo y organización de la cocina. Mise en place. Plan de trabajo. Vocabulario/ Glosario de términos específicos gastronómico- culinarios.

Unidad 2: Manufactura e inocuidad

Buenas Prácticas de Manufactura. Condiciones generales para un correcto manejo higiénico sanitario de los alimentos. Incumbencias técnicas de las BPM. Organismos responsables de control. Trazabilidad.

Microbiología: concepto, usos y peligros. Condiciones de crecimiento microbiano. Contaminación. ETAs. Recepción de mercadería. Etapas de control. Fichas técnicas de recepción de materia primas. Parámetros de calidad. Almacenamiento. Conservación de alimentos: procedimientos fundamentales. Métodos de conservación.

Sistema HACCP. Definiciones de términos utilizados. Objetivo. Definiciones y conceptos básicos. Principios. Aplicación. Requisitos para su implementación. Casos prácticos de aplicación en el ámbito gastronómico. Normas de calidad ISO. Significado. ISO Serie 9000. Beneficios que brindan. Certificación.

Unidad 3: Nuestros Alimentos

Alimento. Concepto. Conocer los alimentos: Sistemas de producción, cómo elegir los alimentos, alimentos por dentro. Nutrientes. Tipos.

INTRODUCCIÓN A LA COCINA PROFESIONAL Y ARTESANAL

Clasificación según su origen, composición química, funciones, tiempo de conservación, condiciones de consumo, aptitud, preparación. Equilibrio alimentario: pirámide alimentaria, Leyes de la Alimentación. Variaciones en la alimentación. La Regionalidad. Códigos culturales. Motivaciones de consumo: elección y preferencia. Destinatarios. Alimentos y Comestibles. Apetito y Placer.

Alimentos de nuestra tierra norteña.

Texturas de los Alimentos. Sabores y Aromas. Sensorialidad alimentaria. Los 5 sentidos: qué son y cómo funcionan.

UNIDAD 4: El Reino Vegetal

Hortalizas. Agrupamiento y clasificación. Verduras, Legumbres, Cereales, Frutas. Importancia. Agrupamiento según las partes que se utilizan: Raíces, tallos, tubérculos, granos, hojas, frutos, flores, vainas y semillas. Hierbas aromáticas. Agrupamiento según color. Cultivos andinos: tubérculos, raíces, frutos, granos.

Cortes de vegetales: Juliana – Brunoise – Jardinera – Macedonia – Paisana – Matignon – Mirepoix – Bastones – Torneados – Vichy – Demidov – Bouquet Garnie – Chiffonnade – Damero – Concasse – Plus – Pluma – Emince – Pelado a vivo – Hilos de cítricos – Cascos – Noisette –

Cortes de papas: Bastón: Paille – Allumettes – Bastón – Mignonette – Pont Neuf – Cubos: Parmentière – Carre – Maxim's – Rodajas: Boulangère – Chips – Rejilla – Soufflé – Esferas: Parisénne – Noisette – Perla – Olivette – Torneados: Nature – Chateau – Fondante – Hoja – Sobrantes: Duchêse-Bérny – Croquetas – Dauphin – Röesti – Anna.

Cortes para decoración: Virutas de zanahoria – Estrellas – Racimos de aceitunas – Esferitas de manzana – Gelatina picada – Flores de puerro – Flores de alcauciles – Flores de rabanitos – Torneados de limón – Pomelos torneados – Rosas de tomates.

Frutas: definición. Clasificación. Categorías: con semilla o carozo, cítricas, blandas, con pepitas, cucurbitas, tropicales y subtropicales, bayas. Infrutescencias. Características de calidad.

INTRODUCCIÓN A LA COCINA PROFESIONAL Y ARTESANAL

Arroz: características, clasificación. Usos.

Uso del cuchillo. Vocablos para saber interpretar un menú. Equivalencias de ingredientes. Para aprender a pesar sin balanzas. Conversiones de volumen y de peso.

Transformaciones físico-químicas en los alimentos.

UNIDAD 5: Fondos y Salsas

Básicos salados: Bechamel- Holandesa- Filetto- Vinagreta – Demi-Glacé.

Salsas oscuras, blancas, a base de manteca, a base de aceite, de tomates.

Salsa vinagreta- Dressing- Mayonesa.

Fondos de cocina: grasos, magros, claros, oscuros, fumet, de verduras.

Ligues y trabazones. El Roux. Beurre Manié. Liaison. Tortillas- Apanados- Terrines-

Huevo: componentes, cuidados necesarios, propiedades. Preparaciones básicas con huevos: Pasado por agua- Mollet- Duro – Poché – Frito- Revueltos- Omelette. Creppes.

Lácteos: concepto. Seguridad. Leche fluída, estabilizadas y concentradas, cremas, manteca, margarinas, yogur, lácteos fermentados, quesos.

Cocinar con estos productos

Básicos dulces: Salsa o crema Inglesa. Crema pastelera o Patisserie. Crema montada. Crema de manteca. Chocolate. Ganache. Almíbar. Batidos y Merengues. Coulis. Jarabes. Sabayón. Bizcochuelo o Pionono. Creme sabayón. El aparato bomba: aplicaciones. Torta “Genoise”.

UNIDAD 6: Animales comestibles

Carnes: Bovina- Ovina- Caprina- Porcina- de Conejo- de Caza mayor o pelo: liebres, vizcachas, Jabalí. Llama y Guanaco. Desposte. Cortes. Usos.

Aves de corral: Pollo- Gallina- Pato- Pavo- Ganso- Faisán. Aves de caza menor o pluma: perdices, codornices, palomas. Faenado, deshuesado, bridado. Papillotes.

INTRODUCCIÓN A LA COCINA PROFESIONAL Y ARTESANAL

Pescados y mariscos. Ranas. Tratamiento u Usos. Papillotes.

Calidad de las carnes: características. Sabor, Olor, Color, consistencia. Faenado. Tratamiento y conservación.

Efectos de la cocción de la carne: sobre el color, la ternura, el sabor, el valor nutritivo, el peso y el volumen. Grados de cocción de un corte de carne. Criterios para seleccionar y cocinar carnes. Preparaciones con carnes.

Guisos y estofados: Blanquette – Stroganoff – Goulash.

Cortes de carne de cerdo. Usos. Chacinados y embutidos de cerdo. Tipos y Usos.

Unidad 7: Cómo Cocinamos

Técnica Dietética. Objetivos de la preparación de alimentos.

Características de los alimentos. Factores que modifican los alimentos.

Procedimiento de la Técnica Dietética: Mecánicos- Físicos- Químicos- Biológicos.

Modificaciones de alimentos según los procedimientos utilizados. Técnicas de medición. Estandarización de pesos de alimentos según utensilios.

Receta culinaria: características. Tipos de recetas: Estándar- Descriptiva- Narrativa. Estandarización de preparaciones: Planilla.

Aplicación y Extracción de calor en alimentos. Cocción de alimentos: transferencia de calor, transferencia de masa. Efectos generales de la cocción. Extracción de calor: Enfriamiento- Refrigeración- Congelación- Descongelamiento-

Métodos de cocción. Alimentos que se sirven crudos. Mediciones imprescindibles. Calor húmedo: Escaldado o Blanqueado – Ebullición o hervido – Fuego lento –Pochar o escalfar- A vapor – A presión. Calor seco: Parrilla: Spiedo- Horneado- Fritura- Salteado- Glacear- Gratinar- Asar a la parrilla o grillar- Rötir- Brasear- Pôeler- A la plancha- Baño María. Calor mixto: Estofar o guisar- Braisé- Fricassé. Otras formas de cocción: Cocción por inducción: características. Microondas. Cocción al vacío.

INTRODUCCIÓN A LA COCINA PROFESIONAL Y ARTESANAL

Marinadas: características. Reglas prácticas para la confección y utilización de marinadas. Marinadas: cocidas, crudas, instantáneas. Variantes.

UNIDAD 8: Mágica harina

Concepto. Calidad. Variedades de trigo. Tipificación de harinas. Sémolas, salvado. Otras harinas: centeno, malta, maíz, soja, quínoa, coca, tarwi, amaranto, Féculas: maíz, mandioca, arroz. Panes, pizzas, tartas.

Masas básicas para tartas saladas y dulces. Otros ingredientes necesarios. Pâte brissée. Pâte sucrée. Masa esponjosa salada. Sable 1-2-3.

Pastas, fideos y cuscús. Ñoquis y Spätzle. Budines. Pastas largas, cintas y tubos. Tipos y usos. Formas especiales. Tipos y usos.

UNIDAD 9: Los granos maravillosos

Legumbres y cereales. Definición. Tipos y variedades. Arveja, garbanzo, habas, lenteja, lentejón, lupino, poroto alubia, negro, manteca, mung, pallar, japonés. Valor nutritivo. Cocción de legumbres secas. Fundamentos de la cocina con legumbres.

Tipos de granos: trigo duro, farro, spelt y kamut, trigo partido, bulgur o burgol, cebada, centeno, avena, trigo sarraceno o alforfón. Amaranto, quinoa, tarwi, mijo, sorgo, teff. El cuscús.

Arroz. Tipos: blanco o pulido, integral, de grano largo, de grano mediano, de grano corto, rojo, negro, precocido, silvestre. Exóticos: jazmín, Basmati, tailandés, arbóreo o carnaroli. Como cocinar el arroz. Risottos, pilaf, arroz sirio, para sushi.

UNIDAD 10: Los fuegos

Tipos y métodos de cocción mediante uso de fuego directo. Fuego de leña, brasas, rescoldo, guatia, embarrado, manka. Horno de barro. Humo.

Asado con cuero. A la reja o parrilla. Ensartados. En cruz. La parrillada.

INTRODUCCIÓN A LA COCINA PROFESIONAL Y ARTESANAL

Olla de hierro. Olla de barro o arcilla. Cuencos varios. Plancha de hierro. Uso de chalas de maíz, frescas y secas, hojas de verduras, de banana, de parra, papel de bolsa de harina.

Charquicán en olla de barro. Mazamorra. Pochoclo. Tortillas al rescoldo. Bollos. Tortillas a la parrilla.

METODOLOGÍA DE TRABAJO

Estrategias de Enseñanza- aprendizaje

- Clases expositivas, explicativas, demostrativas.
- Análisis de referencias bibliográficas, comparaciones, ejemplificaciones.
- Contenidos puestos en práctica en instancias de trabajos prácticos, escritos individuales y grupales.
- Contenidos volcados en experiencia de talleres prácticos.
- Producción de productos elaborados en taller, con uso de ingredientes y técnicas aprendidas.
- Utilización de terminología específica relacionada a la materia y en transversalidad con otros espacios curriculares.
- Visita y análisis en mercados, ferias, exposiciones de productos locales.
- Prácticas sensoriales de productos de diversos orígenes.
- Evaluaciones sensoriales y talleres de calidad.
- Elaboraciones de productos representativos de la coquinaria local.
- Instancias prácticas simuladas a diversos servicios de comidas.
- Desarrollo de conductas y hábitos de limpieza, orden y cooperación en el lugar de trabajo.
- Taller Teórico-Práctico de Primeros Auxilios: se coordinarán acciones con el Ministerio de Turismo de la provincia para participar de la capacitación prevista según agenda del mismo. Previamente se realizará una Jornada teórico-práctica del espacio curricular para concluir con el armado del Botiquín necesario para las actividades de la materia.

RECURSOS

Elementos tecnológicos en clases teóricas: PC, proyector, pantallas.

Fuentes bibliográficas, herramientas Tics, recursos multimedia como soporte.

Elementos de equipamiento, instalaciones y utensilios propios de la actividad gastronómica.

Ingredientes variados para la elaboración de recetas representativas de los bloques o unidades temáticas.

Vestimenta adecuada a la actividad de práctica gastronómica. Delantal, cofia, guantes de ser necesario, utensilios de uso personal (cuchillos), repasador.

EVALUACIÓN

Evaluaciones escritas temáticas. Al finalizar cada Unidad Curricular se realizará una evaluación escrita pertinente al tema finalizado.

Evaluaciones orales de proceso.

Coloquios.

Talleres prácticos: Elaboraciones, Degustaciones, Servicio, Sensorialidad.

Búsqueda de información, producción. Indagación de contenidos propios de la cocina profesional.

Se realizarán dos seminarios, en cada cuatrimestre, complementarios, que deberán finalizar mediante exposición oral refiriendo al conocimiento, concientización, control y naturaleza de los procesos de aprendizaje.

Producción y simulación de emprendimientos.

CONDICIONES DE REGULARIDAD

- 80% Asistencia a clases teórico-prácticas.
- 80% Presentación de trabajos prácticos escritos. Indagaciones de saberes propios.
- 90% Asistencia a salidas, trabajos de campo, ferias, mercados, jornadas.
- Exámenes parciales por bloques curriculares aprobados con nota igual o superior a seis (6).
- Exámenes parciales recuperatorios aprobados con nota igual o superior a 7(siete).

CONDICIONES PARA RENDIR LA MATERIA EN CALIDAD DE LIBRE

Los alumnos que no cumplan con las acreditaciones previstas para regularizar la materia, deberá presentarse a mesa de examen habiendo presentado con 10 días de antelación el Seminario referido a los contenidos solicitados oportunamente y propios del mismo.

Aprobado dicho Seminario podrá rendir dos instancias de evaluación, una escrita que deberá aprobar con nota igual o superior a seis (6) y una oral de defensa del trabajo presentado en el Seminario.

De no superar la instancia escrita no podrá presentarse a la instancia oral.

Los alumnos que no concurran en ningún momento a clase, previamente deberán presentar y aprobar un trabajo escrito de investigación. La presentación deberá concretarse 10 (diez) días antes de la fecha de examen.

En ambas instancias los exámenes incluirán la totalidad de los contenidos del programa de la cátedra, sin excepción, debiendo cumplimentar con un nivel de profundidad y especificidad mayor que los alumnos regulares.

BIBLIOGRAFÍA

- EL ATLAS COMESTIBLE, Mina Holland, Roca Editorial de Libros, Buenos Aires, 2015.
- ATENCIÓN AL CLIENTE EN HOTELERÍA, Kye-Sung Chon- Raymond T. Sparrowe, Ed. Paraninfo, España, 2001.
- DICCIONARIO DE HOSTELERIA, Jesús Felipe Gallego y otro, Ed Paraninfo, Madrid, 2004.
- DICCIONARIO DE GASTRONOMÍA Y HOSTELERÍA- Inglés- Español, Ignacio Méndez-Trelles, Ed. Paraninfo, Madrid, 2005.
- DICCIONARIO FRANCÉS-ESPAÑOL.
- LA BUENA COCINA, Harold Mc Gee, Ed. Sudamericana, Buenos Aires, 2010.
- MANUAL DE CAPACITACIÓN GASTRONÓMICA COMUNITARIA, Fundación MABRA, Gob. de Salta, Salta, 2016.
- EL HABITAT DEL COCINERO, Pepe Molina, Unión de Chefs Argentinos, Buenos Aires, 2003.
- CeReT, Apuntes de cátedra, Salta, 2003.
- CALIDAD Y LAS NORMAS ISO ,Luis Otero, el Ateneo, Bs As 1997)
- ALIMENTOS: manual de HACCP (SAGPyA – Ed El Obrador)
- BUENAS PRÁCTICAS DE MANUFACTURA, Ramón, Vargas, Cravero, Gráfico, Salta, 2005.
- BROMATOLOGÍA EN CASA, Mariana Al y otros, Vergara Editores, Buenos Aires, 2022.
- ALIMENTACIÓN INTELIGENTE, Fernando Valdivia, Paidós, Bs As, 2018.
- MITOS Y VERDADES DE LOS ALIMENTOS, Sebastian Oddone y otros, Editorial B, CABA, 2017.
- LA COCINA DE LAS 4 ESTACIONES, Berta Furer, Planeta, Buenos Aires, 1993.
- FUNDAMENTOS PARA EL MANEJO DE ALIMENTOS, Marta Julia Jiménez y otro, Ed Millor, Salta, 2016.

INTRODUCCIÓN A LA COCINA PROFESIONAL Y ARTESANAL

- LA ENCICLOPEDIA DE LOS SABORES, Niki Segnit, Bs As, Debate, 2012.
- Dulces, Conservas y Embutidos, Choly Berreteaga, Ed. Atlántida, Buenos Aires, 2003.
- COCINA ARGENTINA, Clásica y Moderna, Emecé Editores, Buenos Aires, 2007.
- MALA LECHE, Soledad Barruti, Editorial Planeta, Buenos Aires, 2018.
- GOOGLE ACADÉMICO.

.....
Prof. Ana Valentina Chávez
Chef profesional