



INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR N° 6.012
Pellegrini N°295 - El Carril (Salta) – Rep. Argentina
FAX - T.E.N° 4-908015 - www.ies6012.edu.ar Email: isfd6012@gmail.com

INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE RURAL N° 6012

El Carril - SALTA

CARRERA:

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

ESPACIO CURRICULAR:

**Cocina Profesional
Regional**



Fundamentación

Este espacio como continuidad de la Introducción a la Cocina profesional, se presenta como especial dentro del desarrollo de la carrera.

Al ser parte del campo de formación específica, busca incrementar, consolidar, potenciar el acervo autóctono de la región, mediante el conocimiento y utilización pertinente en preparaciones novedosas y nutritivas de ingredientes, tecnologías y saberes identitarios.

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 permitiéndoles ser creadores, generadores de una cocina diferente y con esencia.

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.



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 propios de la tradición regional en el uso de productos y tecnologías específicas.

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 regional, local y combinarlos y adaptarlos en preparaciones diferentes: carnes, verduras, frutos, 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 propios de la cultura nativa.
- Conocer técnicas de diferentes preparaciones tradicionales y especiales de la cocina regional.
- 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. Y un recetario distintivo de la tecnicatura.

CONTENIDOS

UNIDAD 1: Ámbito Gastronómico Regional

Hábitos adecuados de trabajo. Utensilios de cocina. Instrumentos para medir. Instrumentos para moler, mezclar, separar, procesar, manipular. Envoltorios, recipientes, cazuelas y sartenes. El servicio en cocina regional.

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 y propios del ámbito regional.

Unidad 2: Manufactura e inocuidad

Buenas Prácticas de Manufactura en el ámbito tradicional y autóctono. Condiciones generales para un correcto manejo higiénico sanitario de los alimentos.

Microbiología: concepto, usos y peligros. Condiciones de crecimiento microbiano. Contaminación. ETAs. Parámetros de calidad en almacenamiento, producción y conservación de alimentos: procedimientos, fundamentos.

Métodos de conservación: conservas, embutidos, charqui, quesos y licores autóctonos.

Unidad 3: Nuestros Alimentos

Reconocimiento, identificación de Sistemas de producción propios de pequeños productores y producción agroecológica.



Cómo elegir los alimentos, alimentos por dentro. Nutrientes. La riqueza de los alimentos propios: aptitud, preparación.

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. La Quinoa, los porotos.

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

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.

Salsas, aliños y Mayonesas tradicionales, en mortero.

Huevo: preparaciones básicas con huevos: Pasado por agua- Mollet- Duro –Poché –Frito-Revueltos-Omelette. Creppes. Adaptaciones regionales.

Lácteos: concepto. Seguridad. Leche fluída, leches autóctonas. Cremas, manteca, margarinas, yogur, quesos. La importancia de usar y cocinar con estos productos.



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.

Pescados: características generales. Morfología de pescados de la región. De río, de río de montaña, de embalses. Limpieza, Cortes: filet, troncón, darne, escalopes, cabeza. Fumet. Cociones varias: al vapor, a la parrilla, envueltos, cazuela, chupín, frituras, cevichado, en marinadas, grillado, en empanadas.

Aves de caza menor o pluma: perdices, codornices, palomas. Faenado, deshuesado, bridado. Papillotes y envoltorios naturales.

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. Cazuelas.

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

Unidad 7: Cómo Cocinamos

Técnica Dietética. Objetivos de la preparación de alimentos. Conocimiento de características de los alimentos nativos.

Modificaciones de alimentos según los procedimientos utilizados.



Técnicas de medición. Estandarización de pesos de alimentos según utensilios. Receta coquinaria: características. Tipos de recetas: Estándar- Descriptiva- Narrativa.

Recuperación y preservación de recetas de habitantes originarios, criollos, inmigrantes. Usos de productos y preparaciones nativas en nuevas recetas coquinarias.

La conservación por transferencia de calor o frío mediante métodos tradicionales: el sol, la sal, el humo, la helada, el aire.

Extracción de calor: Enfriamiento- Refrigeración- Congelación- Descongelamiento- en agua corriente, con hielo, en zonas fría de montaña.

Marinadas: características. Reglas prácticas para la confección y utilización de marinadas. Marinadas: cocidas, crudas, instantáneas. Variantes. Marinadas con especias, hierbas y líquidos propios de la zona.

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. Preparaciones novedosas.

Masas básicas para tartas saladas y dulces. Otros ingredientes necesarios.

Preparaciones regionales especiales: bollos, tortillas, alfajores, capias, gazzates, empanadillas.

UNIDAD 9: Los granos maravillosos

Legumbres y cereales de producción regional. Definición.



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.

Nuestros pseudo-cereales: amaranto, quinoa, tarwi, mijo, sorgo, teff. El cuscús.

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.

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.

UNIDAD 11: A comer!

Técnicas de presentación (emplatado) de preparaciones. Construcción y desconstrucción de un plato.

Análisis, estudio y rescate de piezas de presentación de materiales autóctonos; barro, arcilla, hojas, chalas, hierro, madera. Mantelería, decoración y accesorios óptimos de una presentación regional.

Técnicas de trabajo en equipo: por áreas, por preparaciones, por puestos.

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.
- Diseño y ejecución de instancias de presentación e intercambio con otras carreras del Instituto, de producciones regionales.
- Participación en servicios de buffet y catering en fechas alusivas la cocina, cocina regional, maestros, profesores.

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. Producción y puesta de servicios de catering y buffet en la Institución y en desarrollo de acuerdos interinstitucionales.

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 exámen 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 concurren 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 exámen.

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.
- BROMATOLOGÍA EN CASA, Mariana Al y otros, Vergara Editores, Buenos Aires, 2022.
- 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.
- 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.
- COCINA SILVESTRE, Elena Iakovleva, Ecoval Editores, Córdoba, 2021.
- HUERTA Y COCINA, Clara Biloch, Catapulta Editores, Buenos Aires, 2013.
- NUESTRAS COMIDAS, Nelly de Jordán, Colorgraf Rodríguez- Gráfica, Cochabamba-Bolivia, 1997.
- COMIDAS REGIONALES, Ediciones del Rectorado Universidad Nacional de Tucumán, San Miguel de Tucumán, 2004.
- CUADERNOS DE COCINA, Jorge Antonio Nocetti y otros, Apóstrofe Ediciones, San Salvador de Jujuy, 2009.
- SANTA EMPANADA, Pietro Sorba, Planeta Ediciones, Ciudad Autónoma de Buenos Aires, 2021.
- FRUTOTERAPIA, Albert Ronald Morales, Edaf Ediciones, Madrid, 2011.
- ASÍ COCINAN LOS ARGENTINOS, Alberto Vázquez Prego, Editorial El Ateneo, Buenos Aires, 2011.



INSTITUTO DE EDUCACION SUPERIOR N° 6.012
Pellegrini N°295 - El Carril (Salta) – Rep. Argentina
FAX - T.E.N° 4-908015 - www.ies6012.edu.ar Email: isfd6012@gmail.com

- EL PARRILLERO CIENTÍFICO, Diego Golombek, Siglo Veintiuno, Editores, Buenos Aires, 2022.
- GRANDES HISTORIAS DE LA COCINA ARGENTINA, Daniel Balmaceda, Editorial Sudamericana, Buenos Aires, 2021
- LA COMIDA EN LA HISTORIA ARGENTINA, Daniel Balmaceda, Editorial Sudamericana, Benos Aires, 2017.
- CIEN AÑOS DE COCINA SALTEÑA, Fernando Lecuona de Prat – Recopilador, Editorial Biblioteca de textos universitarios – Universidad Católica de Salta, Salta 2006. Tomos I y II.
- DICCIONARIO MÁGICO JUJEÑO, Antonio Paleari, Ayerza Hnos. S.R.L. Editores, Buenos Aires 2013.
- GOOGLE ACADÉMICO.

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