

Cucina di base

SEDI Pisa
Livorno

Elementi di merceologia e sicurezza	15 ore
Cucina di base	75 ore
Mondo del lavoro e autoimpresa	10 ore

100 ore

DESCRIZIONE DEL CORSO

Conoscenze:

Elementi di dietetica relativi a principi nutritivi degli alimenti, comportamenti alimentari e malattie metaboliche. Modalità di presentazione, guarnizione e decorazione dei piatti per valorizzare la presentazione degli stessi. Norme igienico-sanitarie per la gestione dei prodotti alimentari (DI n.155/77). Tecniche di preparazione dei piatti. Tecniche di cottura classica.

Capacità:

Comprendere i tempi di esecuzione del lavoro in relazione alla sala

Dividere in porzioni i cibi direttamente in cucina

Eseguire con autonomia e rapidità la preparazione di piatti caldi e freddi, dolci e salati

Mantenere ordine ed igiene degli ambienti e delle relative attrezzature come previsto dalle norme di legge. Utilizzare le principali tecniche di cottura per la preparazione dei cibi

Il corso si svolgerà in **modalità laboratoriale** attraverso la produzione guidata. Alla fine di ogni lezione sarà dedicato del tempo per la degustazione e la discussione di quanto preparato.

Contenuti formativi:

- Norme igienico-sanitarie per la gestione dei prodotti alimentari Allestire la postazione di lavoro.
- Fasi di organizzazione e pianificazione del lavoro.
- I fondi di cucina, le salse madri, le creme e derivate.
- Le moderne tecniche di cottura.
- La panificazione, il pane e i suoi derivati.
- La pasta italiana, la pasta all'uovo, le tagliatelle, i tortellini, i ravioli; le paste gratinate al forno; gli gnocchi di patate.
- La cottura del riso e dei risotti; la cottura e i condimenti della pasta.
- Flan e tortini; i gâteaux; ricette da utilizzare nei buffet. Pasta sfoglia e le torte salate.
- Trattamento tagli da macelleria e realizzazione di piatti con la carne bovina, carni bianche e la selvaggina.
- Utilizzo delle uova in cucina: la pasta brisé, le omelette e le crepes; le crespelle, crostate di brisé.
- Pulizia e filettatura dei prodotti ittici; tecniche di cottura dei pesci, crostacei e molluschi.
- Sviluppo dei piatti principali della cucina territoriale e nazionale.
- La pasticceria fine, dessert monoporzioni nella ristorazione.
- Tecniche di costruzione di menu. Costruire un menù sulla base della tipologia di servizio e del cliente.
- Programmazione e controllo del costo piatto;
- Criteri per la definizione del prezzo di vendita.
- Esercitazione sulla creazione di un menù personalizzato dallo studente in base alle indicazioni sull'obiettivo da conseguire.

