

Modalidad: curso e-Learning Duración: 100 horas

Categorías: Hostelería y turismo

## OBJETIVOS

- Aplicar las técnicas culinarias en la elaboración y presentación de platos a base de pastas, arroces, legumbres y hortalizas, así como la regeneración de los mismos.
- Seleccionar útiles, herramientas y equipos de trabajo necesarios para hacer frente a la realización de elaboraciones básicas de múltiples aplicaciones.
- 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.
- Conocer las hortalizas y legumbres secas en torno a categorías comerciales, tipos y conservación.
- Identificar las variedades y tipos de pastas y arroces, así como de condimentos, salsas, quesos y farsas utilizadas en su elaboración.
- Profundizar sobre los tipos de huevos, la ejecución y conservación requerida para su uso, su clasificación comercial y elaboraciones básicas de múltiples aplicaciones que resulten aptas para su elaboración.
- Aprender las técnicas de cocinado de hortalizas.
- Analizar, poner a punto y aplicar las técnicas básicas de cocinar legumbres secas.
- Aplicar las técnicas básicas de cocinado de la pasta y los arroces.
- Llevar a cabo la elaboración de platos a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos.
- 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.
- Efectuar operaciones de regeneración de platos preparados con hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos.

## CONTENIDOS

### Maquinaria, batería, utillaje y herramientas utilizados

Introducción

Características de la maquinaria utilizada:

Generadores de calor

Generadores de frío

Máquina auxiliar

Mobiliario

Batería de cocina

Utillaje y herramientas

Nuevas tecnologías para la elaboración culinaria

Resumen

### Fondos, bases y preparaciones básicas de múltiples aplicaciones

Introducción

[www.criteria.es](http://www.criteria.es) | [info@criteria.es](mailto:info@criteria.es) | MAD: 91 571 21 39 | BCN: 93 265 26 77  
Composición y elaboración de los fondos elaborados con hortalizas. Factores a tener en cuenta en su elaboración. Utilización:

Fondos elaborados con hortalizas

Diferentes grados de consistencia de los fondos

Otras preparaciones básicas elaboradas con fondos de hortalizas y su utilización

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:

Técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de fondos

Técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de salsa

Técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de mantequillas compuesta

Técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de farsas

Resumen

## **Hortalizas y legumbres secas**

Introducción

Hortalizas: Definición. Distintas clasificaciones. Hortalizas de mayor consumo:

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:

Estado de conservación de las hortalizas

Distintos cortes de la hortaliza en función de su cocinado

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 pasta

Distintas clasificaciones y 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:

Definición

Clasificación del arroz

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:

Composición

Clasificación [www.criteria.es](http://www.criteria.es) | [info@criteria.es](mailto:info@criteria.es) | MAD: 91 571 21 39 | BCN: 93 265 26 77

Distintas formas para saber si está más o menos fresco

Utilización

formas básicas de preparación. Salsas y guarniciones para acompañamiento

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:

Hervir

Cocción al vapor

Brasear

Cocinar en microondas

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

Resumen

## **Técnicas de cocinado de legumbres secas**

Introducción

Operaciones previas a la cocción:

Limpieza del grano y selección

Remojo

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:

Ventajas

Inconvenientes

Resumen

## **Técnicas de cocinado de pasta y arroces**

Introducción

Cocción de pasta

Punto de cocción

Duración de cocción en función del tipo de pasta y formato

Cocción de arroz:

Distintos procedimientos

Puntos 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:

Presentaciones y platos fríos elaborados con hortalizas

Platos y guarniciones calientes elaboradas 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:

Preparaciones elementales con pasta

Preparaciones elementales con arroz

Platos elementales con huevos

Preparaciones frías y ensaladas elementales a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroces

huevos.

Resumen

**criteria**

## **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:

Según la técnica de cocción utilizada

Según las tendencias en la presentación de las elaboraciones

Tres reglas básicas en la decoración de platos

Montaje en fuente y en plato

Otros recipientes

Adornos y acompañamientos más representativos en estos platos:

Decoración con frutas y verduras

Decoración con gelatina

Resumen

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

Introducción

Regeneración: definición

Clases de técnicas y procesos simples:

Descongelación

Identificación de equipos asociados

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

Realización de operaciones necesarias para la regeneración:

Regeneración producto ultracongelado

Regeneración productos refrigerados

Regeneración de productos conservados (enlatados)

El sistema cook-chill y su fundamento.

Platos preparados:

Definición

Distintas clases de platos preparados

Platos preparados con hortalizas, otros vegetales y setas

Resumen