

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

HOTR0408 - 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

Derivar por 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