



*Curso promoción  
Sabor Rural Galicia*

# Cocina

75 horas



75 HORAS



TELEFORMACIÓN

## *Los propósitos del curso*

# Objetivos

- Dotar a los alumnos de la formación necesaria que les capacite y prepare para **desarrollar competencias y cualificaciones en puestos de trabajo que conlleven responsabilidades**, por un lado de programación con el fin de que los alumnos adquieran los conocimientos necesarios para realizar una correcta y adecuada organización del trabajo y por otro lado, de dirección, ya que los encargados de organizar el trabajo deben tener una correcta formación en la materia con el fin de maximizar los recursos, tanto materiales como humanos, de que dispone la empresa.
- Formar al alumno para **realizar y aconsejar al cliente sobre aquellas preferencias de la cocina y mejorar la cualificación** de los profesionales para mejorar la calidad en el servicio y atención al cliente.
- Proporcionar los **conocimientos elementales de cocina para que los alumnos puedan desarrollar correctamente sus competencias**, ya que, tanto los encargados de cocinar, como los de organizar el trabajo, deben saber cómo preparar ensaladas, sopas, pastas, etc. Capacitar al alumno para el tratamiento de los productos alimenticios desde que llegan a la cocina como materias primas hasta su presentación en la mesa, una vez elaborados.





## Unidad 1

### *Introducción a la cocina.*

- 1.1. Historia (introducción).
- 1.2. La cocina moderna.
- 1.3. A propósito de la profesión de cocinero.

## Unidad 2

### *El circuito de los géneros en un establecimiento hostelero. Definición.*

- 2.1. Hostelería.
- 2.2. La compra.
- 2.3. Las operaciones preliminares.
- 2.4. Métodos de cocción.
- 2.5. La condimentación (sazonamiento, aromas condimentos).
- 2.6. La presentación.

## Unidad 3

### *Vocabulario*

- 3.1. Términos de cocina.
- 3.2. Vocabulario de especias.
- 3.3. Sazonamiento, aromas y condimentos.



## Unidad 4

### *Las ensaladas*

- 4.1. Las ensaladas: introducción.
- 4.2. Factores a considerar a la hora de confeccionar ensaladas.
- 4.3. El condimento en las ensaladas.
- 4.4. Los aliños.
- 4.5. Ensaladas simples, compuestas y templadas.

## Unidad 5

### *Los huevos y tortillas*

- 5.1. Los huevos: introducción.
- 5.2. Algunas preparaciones de huevos.
- 5.3. Tortillas.

## Unidad 6

### *Las sopas*

- 6.1. Las sopas: introducción.
- 6.2. Clasificación.
- 6.3. Las cremas: introducción.
- 6.4. El consomé.
- 6.5. Potajes: legumbres secas.
- 6.6. Elaboración de sopas.

## Unidad 7

### *Pastas y pizzas*

- 7.1. La pasta: introducción.
- 7.2. Cocción de la pasta.
- 7.3. El queso y la pasta.
- 7.4. Las pastas y sus salsas más habituales.
- 7.5. Las pizzas.



## Unidad 8

### *El arroz*

8.1. El arroz: introducción.

## Unidad 9

### *Verduras y hortalizas*

9.1. Verduras y hortalizas: introducción.

## Unidad 10

### *Las salsas*

10.1. Los fondos. Las salsas. Introducción.

10.2. Los fondos de cocina.

10.3. Gelatinas naturales: ave, ternera, buey, vaca, caza.

10.4. Jugos y desglasados. Utilización y realización.

10.5. Trabazones. Análisis y principios de las trabazones y las salsas.

10.6. Las grandes salsas o salsas base.

10.7. Otras salsas básicas: pequeñas salsas básicas.

10.8. Mantequillas.

## Unidad 11

### *Pescados*

11.1. Los pescados: introducción.

11.2. Clasificación de los pescados

11.3. limpieza (operaciones preliminares de los pescados).

11.4. Pescados: diferentes sistemas de cocción.

11.5. Salsas más utilizadas.

11.6. Elaboración de pescados en base a: especie racionamiento, método de cocción, salsa de acompañamiento, guarnición, presentación.



## Unidad 12

### *Los mariscos*

- 12.1. Los mariscos: introducción.
- 12.2. Clasificación de los mariscos.
- 12.3. Diferentes sistemas de cocción.
- 12.4. Salsas más utilizadas.
- 12.5. Elaboración de mariscos en base a: especie (tipo de marisco), racionamiento (corte), método de cocción, salsa de acompañamiento, guarnición, presentación.

## Unidad 13

### *Las carnes*

- 13.1. Las carnes de matadero: introducción.
- 13.2. Clasificación de las carnes.
- 13.3. Sacrificio y conservación de las carnes.
- 13.4. La carne en la cocina.
- 13.5. Salsas más utilizadas.
- 13.6. Elaboración de carnes en base a: especie racionamiento, forma de cocción, salsa de acompañamiento, guarnición y presentación.

## Unidad 14

### *Aves*

- 14.1. Las aves de corral: introducción.
- 14.2. Clasificación de las aves de corral.
- 14.3. Operaciones preliminares anteriores a la cocción.
- 14.4. Diferentes métodos de cocinado.
- 14.5. Elaboración de platos a base de aves según: especie, racionamiento, método de cocción, salsa de acompañamiento, guarnición presentación.



## Unidad 15

### *Caza*

- 15.1. La caza: introducción.
- 15.2. Clasificación.
- 15.3. Diferentes sistemas de cocinado.
- 15.4. Salsas más utilizadas en las preparaciones a base de caza.
- 15.5. Elaboración de caza en base a: especie, racionamiento, forma de cocción, guarnición, salsa de acompañamiento, presentación.

## Unidad 16

### *El queso*

- 16.1. El queso: introducción.
- 16.2. Elaboración del queso.
- 16.3. Clasificación de los quesos.
- 16.4. Distintas variedades de quesos y sus características.

## Unidad 17

### *Repostería*

- 17.1. Hojaldre.
- 17.2. Pasta brisa y masas para pastas de té.
- 17.3. Masas batidas.
- 17.4. Masas escaldadas.
- 17.5. Mazapán.
- 17.6. Crepes.
- 17.7. Baños y cremas.
- 17.8. Merengue.
- 17.9. Flanes y natillas.
- 17.10. Mousses.
- 17.11. Tartas.



  
**SABORRURAL**  
*galicia*

