PROCESO DIRECCIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

IDENTIFICACIÓN DE GUIA DE APRENDIZAJE AUXILIAR COCINA FUNDAMENTACION Y CONCEPTUALIZACION 2.

- Denominación del Programa de Formación: AUXILIAR COCINA.
- Código del Programa de Formación: 662121
- Nombre del Proyecto: ALISTAMIENTO Y PRODUCCION DE PRODUCTOS ALIMENTICIOS EN LAS DIFERENTES AREAS DE PRODUCCION DE ALIMENTOS DE COIBA -PICALENA, CUMPLIENDO CON ORDENES DE PRODUCCIÓN, PROTOCOLOS DE BIOSEGURIDAD POR COVID-19
- Fase del Proyecto: PLANEACION
- Actividad de Proyecto: FUNDAMENTACION Y CONCEPTUALIZACION
- Competencia: 260201036 - APOYAR LA PRODUCCIÓN Y EL SERVICIO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS.
- Resultados de Aprendizaje Alcanzar:
    - REALIZAR EL ALISTAMIENTO DE LAS ÁREAS DE TRABAJO SEGÚN PROCEDIMIENTOS ESTABLECIDOS POR LA EMPRESA.
- Duración de la Guía: 50 horas.

2. PRESENTACIÓN

¡Apreciado Aprendiz!

Las normas para manipulación de alimentos establecen los requisitos que deben cumplir los establecimientos y plantas de fabricación de alimentos, por lo tanto, los aprendices deben conocer la normatividad vigente y su aplicabilidad

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

1. IDENTIFICAR CARGOS, FUNCIONES Y ÁREAS DE DESEMPEÑO EN LA COCINA.
2. IDENTIFICAR LOS TIPOS DE COCCIÓN PARA ALIMENTOS Y CLASIFICAR LOS MÉTODOS Y MEDIOS DE COCCIÓN DE LOS ALIMENTOS.
3. IDENTIFICACIÓN DE CADA UNA DE LAS SALSA MADRES DE LA COCINA MUNDIAL
4. IDENTIFICAR POR SU AROMA Y SABOR LAS PRINCIPALES HIERBAS Y ESPECIAS DE MAYOR USO EN LA COCINA BASICA.

MAURICIO REYES

Ambiente Requerido: Ambiente o espacio de cocina.

Materiales: Devolutivo (Muebles y equipos), Papeleria, guias de aprendizaje, lápiz, libros.

3.1. Actividades de Reflexión Inicial

ESTANDARIZACION DE PROCESOS EN COCINA

PORQUE SE DEBEN ESTANDARIZAR LOS PROCESOS

- Para simplificar operaciones
- Obtener siempre los mismos resultados
- Asegurar la calidad del producto
- Medir rendimiento y rentabilidad de los procesos y el producto.

4. ACTIVIDADES DE CONTEXTUALIZACIÓN E IDENTIFICACIÓN DE CONOCIMIENTOS NECESARIOS PARA EL APRENDIZAJE.

FONDOS

Los fondos son una base importante de la gastronomía, indispensables para la elaboración de salsas clásicas y en muchas ocasiones los responsables del éxito de un plato. Los fondos son el caldo resultante de una cocción lenta y prolongada en la que se han incluido distintos ingredientes para extraer todo el sabor y los nutrientes que enriquecerán el plato, por ejemplo 50%cebolla, 25% apio y 25% zanahoria (mirepoix, llamado breza en español) y huesos de res, para hacer un fondo de res y de este dar vida a la famosa salsa Española o Gravy. Una de las Salsas madres de la gastronomía francesa. Los fondos son un grupo de caldos, que pueden ser aromatizados, hasta las pequeñas elaboraciones que ligarán, homogenizarán o aderezarán otras elaboraciones otorgándoles un sabor y una textura especial a cada plato. Existe una clasificación de fondos líquidos, fundamentalmente por el color que muestran, los fondos oscuros y los fondos blancos o claros.

Los fondos oscuros son los que se obtienen cuando se tuestan o doran los ingredientes (huesos, carne.) antes de cocerlos en el agua para extraer todas las sustancias que se encuentran en estos, mientras que los fondos claros se elaboran con los ingredientes directamente en el agua de cocción.

El caldo es un sustancioso producto de la cocción lenta y prolongada de huesos, carcasas o espinas, más mirepoix y un bouquet garnie. Se utilizan como base para salsas, sopas, cremas y consomés.
Los fondos se clasifican en:

1. **Fondo Claro**: Caldo concentrado transparente resultante de la cocción de carcazas, huesos o espinas más un mirepoix blanco y bouquet garnie. Elaboración.- (Ejemplo fondo de claro vacuno).



Para elaborar los fondos se utilizan huesos de res, pollo y pescado en estos se guardan las propiedades nutritivas que tras una larga cocción producirán un caldo de calidad y sabor excelentes, normalmente un fondo de res tarda unas 4 a 5 horas de cocción para obtener 4 a 5 litros, entre más litros se requieran más tiempo de cocción se necesitaran, no así un fumet de pescado o fondo de vegetales que están listos en unos 30 a 40 minutos.

2. ***Fondo Oscuro:*** *Caldo concentrado de pigmentación más intensa y oscura gracias a la adición de concentrado de tomate y vino tinto más el dorado inicial de los huesos de vacuno y mirepoix.*



Un detalle muy importante para obtener fondos de excelente calidad es utilizar productos frescos y de primera calidad desde las verduras hasta los huesos.

Otra cosa a tener en cuenta a la hora de hacer un fondo es que, si se hace necesario añadir agua durante la cocción, ésta debe estar fría, pues de estar caliente enturbiaría el caldo, perdería su color y su claridad cristalina.

Después se dividen por el ingrediente principal, de esta manera dividiremos en

FONDO DEVEGETALES, FONDO DE POLLO, FONDO DE RES Y FONDO DE PESCADO.

Un buen fondo debe hacerse a fuego lento, sin que llegue a hervir y cada vez que sea necesario se debe desgrasar y espumar, ya terminada la cocción del caldo se debe enfriar y debe ser de nuevamente desgrasado y colado con colador fino o manta de cielo para eliminar todas las impurezas.

Las principales características de un caldo (fondo) de calidad deben ser las siguientes:

1. claro y limpio.

2. de sabor intenso.

3. libre de grasas o aceites

4. debe tener un aroma y sabores apropiados.

CALDO (FONDO DE VEGETALES) Éste se prepara a través de una buena mirepoix a la que le puedes añadir tus vegetales preferidos o los más frescos de temporada que encuentres (champiñones, espárragos, alcachofas, etc.). Al igual que el caldo de pescado se prepara de una forma muy rápida, unos 20 A 25 minutos aproximadamente. Ideal Para sopas y consomés.

CALDO (FONDO DE POLLO O AVE) Éste se prepara a través de huesos de pollo y mirepoix. Requiere aproximadamente 1 hora decocción y se utiliza principalmente para sopas, salsas, cocidos blancos, etc.

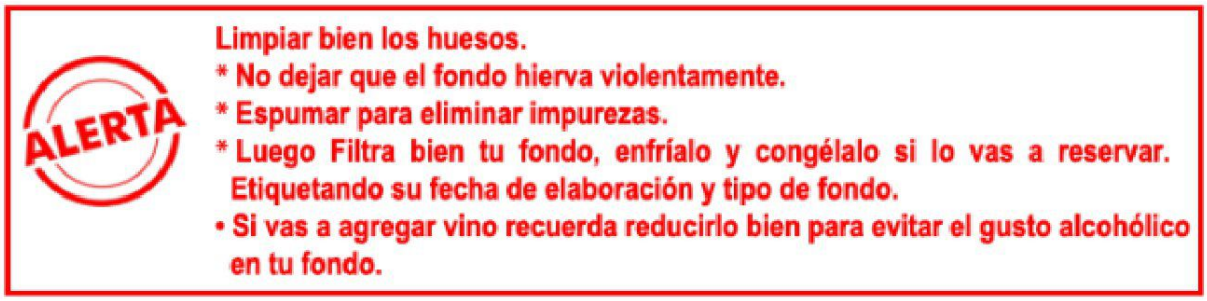
CALDO (FONDO DE TERNERA BLANCO) Para su utilización necesitamos huesos de ternera, mirepoix y bouquet garni. Requiere aproximadamente 5 horas de cocción. Muy utilizado para sopas y consomés.

CALDO (FONDO OSCURO DE TERNERA) Este caldo es igual que el caldo de ternera blanco pero los huesos serán tostados en el horno para caramelizar los azúcares naturales de éstos y que posteriormente darán un color marrón intenso al caldo. Se utiliza para salsas marrones (española o Gravy), (jugos de asados), demi-glacé (glace de viande), sopas, cocidos marrones y estofados.

CALDO (FONDO DE PESCADO) Este caldo se cocina con los huesos, cabeza y despojos del pescado, limón o vino blanco y cebollas. Para prepararlo requiere menos tiempo que los caldos

MAURICIO REYES

anteriores, unos 20 minutos es más que suficiente. Sobre cocinar este caldo proporcionará al resultado final un sabor amargo. Ideal para sopas y todo tipo de salsas para pescados o mariscos.



CALDOS CONCENTRADOS (GLACES) Los caldos pueden ser reducidos para obtener un resultado muy concentrado y rico en sabor. El proceso que se utiliza para ello es hervir el caldo lentamente hasta que casi toda el agua ha sido evaporada. El resultado final recibe el nombre de glace. Calcula que por unos 10 Litros de caldo puedes conseguir 1 L de glace.

Un buen glace se caracteriza por lo siguiente:

1. De un sabor muy concentrado.

2. espeso y consistente.

3. apariencia brillante.

4. libre de impurezas.

MAURICIO REY

4.1. ACTIVIDADES DE CONTEXTUALIZACIÓN E IDENTIFICACIÓN DE CONOCIMIENTOS NECESARIOS PARA EL APRENDIZAJE.

LAS SALSAS MADRES

La palabra salsa proviene del latín salsus, salado, porque era en principio el condimento esencial. Más tarde los romanos usaban el garum, una especie de salmuera a base de pescados y vísceras de pescado. Son preparaciones líquidas, utilizadas principalmente como acompañamiento, donde se pueden encontrar de diferentes texturas, sabores, colores y temperaturas. Su objetivo principal es:

•Realzar el producto principal

•Ayudar considerablemente en montaje del plato

•Complementar los sabores en forma armónica y variada

LAS 5 SALSAS MAS UTLIZADAS EN LA GASTRONOMIA.

La salsa será siempre la gloria en la coronación de un platillo, desde las básicas “5 salsas madres” hay cientos de variaciones que se pueden hacer, todo para mejorar el sabor de lo que se esta sirviendo.

De acuerdo con el libro de cocina, el nuevo acompañante de los amantes de la comida escrito por Sharon Tyler Herbst. A los franceses se les atribuye haber refinado el sofisticado arte de la elaboración de salsas, el desarrollo de varias salsas a lo largo de los años proviene del siglo 19, el Chef Francés Antonín Careme que desarrolló una metodología por la que cientos de salsas fueron clasificadas bajo una de las cinco salsas madre, Esas salsas son salsa blanca Bechamel El base fondo de pescado Velouté la de fondo oscuro de ternera (res) Spagnole las dos salsas emulsificadas Holandesa y Mayonesa.

Características físicas de las salsas:

Viscosidad: Resistencia al movimiento, dado por agente espesante o reducción.

Textura: Característica dada por los componentes de la salsa.

Color: es el tono dado por la combinación de ingredientes.

Opacidad: grado de transparencia de la salsa

- Opaco.....no pasa la luz
- Traslucido.....luz difusa
- Transparente.....la luz pasa

Temperatura de la salsa: pueden ser frías o calientes, en armonía con el plato que acompaña.

- **Partes y Funciones de una salsa**
- **Base:** es el cuerpo de la salsa: fondo, crema, mantequilla, etc.
- **Sazón:** condimento de la salsa, con el cual se identifica y realza el sabor de esta.
- **Ligante:** es lo que puede aumentar la consistencia de la salsa, otorgando el nombre y ayudando en su presentación.
- **Guarnición:** Ingredientes que acompañan la salsa, otorgando el nombre y ayudan a su presentación.

La de tomate se considera estar entre las salsas madre, aunque realmente llego más adelante. Aunque ganó el título debido a que es la base para una gran variedad de salsas en la cocina de hoy. El método para preparar algunas de las diferentes salsas utilizan las mismas técnicas como por ejemplo un Roux es básico en la elaboración de las salsas blancas Velouté y Bechamel, la oscura Spagnole, esta mezcla de harina y grasa (usualmente mantequilla) es una importante contribución al arte de hacer salsas. En adición a estas salsas clásicas se han unido una variedad de salsas modernas hoy en día, tales salsas son dulces para los postres. Tomate, pesto y salsas de para BBQ. Siempre recuerda que cuando una salsa se utiliza en un platillo es lo primero que

MAURICIO REYES

tocara la lengua. Una salsa será tan buena como los ingredientes que hayas puesto en ella, así como el cuidado que tengas al prepararla. Por el otro lado una buena salsa hace que comida de baja calidad sepa mejor. Siempre se debe utilizar una buena salsa con una buena proteína, afortunadamente ya no se utiliza la salsa para ocultar la mala comida como se hacía antes de la refrigeración moderna.

4.1.1. Actividades de apropiación del conocimiento (Conceptualización y Teorización).

LA DEFINICION DE LAS 5 SALSAS MADRE

BECHAMEL: La clásica salsa blanca obtuvo su nombre de su creador Louis XIV (Louis de Bechamel). El rey de todas las salsas, a veces llamada salsa de crema por su apariencia y tal vez sea la de uso más frecuente en todo tipo de platillos. Se hace mezclando leche sobre un ROUX (a. Roux: Mezcla de harina y mantequilla elaborado en caliente - b. Beurre manié: Mezcla de harina y mantequilla elaborado en frío), lo espeso de la salsa dependerá de la cantidad de harina y mantequilla utilizada para hacer la roux, la proporción para una salsa ligera serian 1 cucharada de harina y 1 cucharada de mantequilla por cada taza de leche, una salsa de espesura mediana seria 2 cucharadas tanto de harina como mantequilla por taza de leche y para una salsa muy es-pesa serian 3 cucharadas de harina y 3 de mantequilla.



VELOUTE: Es una salsa blanca hecha a base de caldo. Se puede hacer de fondo de ternera, pollo o pescado, algunas veces es enriquecida agregando yemas de huevo o crema.



ESPAÑOLA: o salsa oscura Es tradicionalmente hecha a base de un fondo oscuro de ternera ores, echo con vegetales, huesos y carne rostizados (normalmente los vegetales utilizados son apio, cebolla y zanahoria) un ROUX oscuro, hierbas aromáticas y pasta de tomate.

SALSA ESPAÑOLA	HUESOS DORADOS + MIREPOIX DORADO + CONCENTRADO DE TOMATE + VELOS DE HARINA TOSTADA + FONDO



Mezclar el mirepoix dorado



Agregar concentrad de tomate



Agregar fondo oscuro con huesos dorados





Filtrar y refinar si se desea (con crema) y harina tostada

HOLANDESA Y MAYONESA: Son 2 salsas emulsificadas echas de yema de huevo y grasa. La Holandesa se hace con mantequilla, jugo de limón, usualmente en baño maría para prevenir se sobre caliente, y se sirve caliente. Normalmente se utiliza en platillos de vegetales, pescado y huevo como los clásicos huevos benedictinos.

Mayonesa, es básicamente un aderezo muy es-peso que se obtiene de la emulsificación de yema de huevo, aceite vegetal y jugo de limón o vinagre como sazonador, es comúnmente utilizada para aderezar, acompañar o como salsa. También es utilizada como la base para la salsa tártara, aderezo mil islas y alioli.

VINAGRETTA: Es una salsa echa de la mezcla simple de aceite y vinagre, sal y pimienta, (normalmente 3 partes de aceite por una de vinagre), variantes más elaboradas pueden incluir una combinación de especias, hierbas aromáticas, echalote, cebolla, mostaza, etc. Es comúnmente utilizada para aderezar ensaladas y vegetales fríos y algunas veces platillos de carne y pescado.

TIPS PARA UNAS SALSAS PERFECTAS

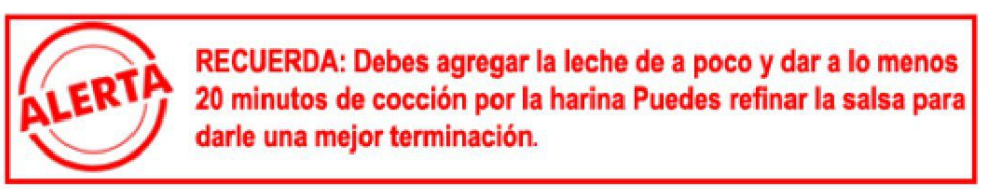
- Batir constantemente las salsas espesadas con roux para evitar la formación de grumos, en ca-so de tener que dejar la salsa por unos minutos, retirar la olla del fuego durante ese tiempo.
- Si la roux utilizada para la salsa produce grumos, batir con un batidor de globo para desaparecerlos, como último recurso pasar la salsa por un colador fino para retirar los grumos.
- Cocinar las salsas espesadas con huevo fuego lento o cocinar estas salsas a baño maría sobreagua caliente (sin que esta hierva), siempre se deben temperar (calentar) las yemas antes de ser agregadas a la salsa caliente agregando en forma de hilo un poco de la salsa caliente y batiendo para mezclar, agregar al resto de la salsa.
- Nunca se debe hervir una salsa después de haber sido agregadas las yemas de huevo ya que están podrían cocinarse por completo y echara perder la salsa.
- Nunca dejar que el agua para baño maría hierva, tampoco se debe dejar que el agua toque el bowl donde se está haciendo la salsa.

BECHAMEL CLASICA Y SUS VARIANTES

Una de las 5 salsas madres, esta salsa básica dentro de la cocina espesada con roux, lo que es una cantidad igual de mantequilla y harina. Para hacer la salsa se utiliza como liquido (leche o crema) que se agrega a la roux y en unos minutos tendremos una perfecta salsa Bechamel.

1. **Derivados de la Salsa Bechamel:**

Salsa aurora	Salsa cremosa atomatada
Salsa crema	Salsa bechamel terminada con crema fresca.
Salsa mornay	Añadir a la bechamel queso rallado, mantequilla fresca y una pizca de pimienta cayena.
Salsa nantua	Salsa cremosa montada con mantequilla de cangrejos, con una garnitura de colas de cangrejos.
Salsa raifort	Salsa cremosa terminada con bastante raíz picante rallada.



INGREDIENTES:

SALSA LIGERA

- 1 cda. De mantequilla
- 1 cda. De harina
- 1 taza de leche o crema.
- Sal, pimienta blanca y nuez moscada al gusto.

SALSA MEDIANA

- 2 cda. De mantequilla
- 2 cda. De harina
- 1 taza de leche o crema.
- Sal, pimienta blanca y nuez moscada al gusto.

SALSA MUY ESPESA

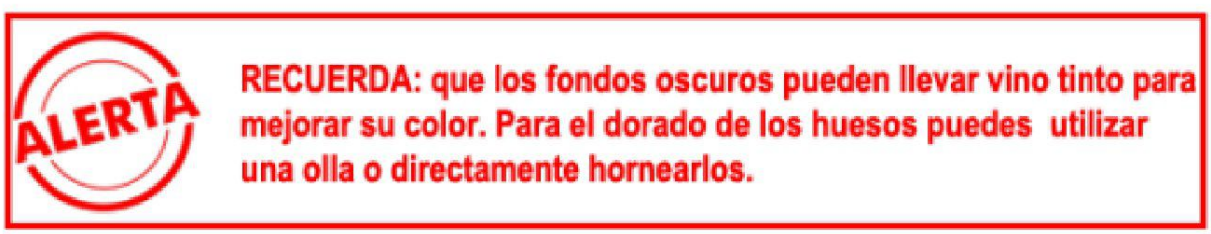
- 3 cda. De mantequilla
- 3 cda. De harina
- 1 taza de leche o crema.
- Sal, pimienta blanca y nuez moscada al gusto.

PROCEDIMIENTO:

En una cacerola pequeña derretir la mantequilla a fuego medio. Agregar la harina y cocinar mezclando constantemente, hasta obtener una mezcla homogénea de 1 a 2 minutos. Agregar la leche o crema, calentar y llevar a punto de ebullición, sazonar al gusto.

2. Derivados de la Salsa Española

Bigarade	Oporto, jugo de limón, jugo de naranja juliana de zeste de naranja y limón
Bordalesa	Cebolla picada, Vino tinto, pimienta y médula.
Bourguignonne	Cebolla picada, Vino tinto, cebolla perla, champiñones, tocino.
Cazadora	Cebolla o chalota picada, champiñones, vino blanco, concentrado de tomates, perejil picado, mantequilla.
Colbert	Cebolla picada, jugo de limón, vino blanco, perejil picado.
Champiñones	Cebolla picada, vino tinto, champiñones.
Diabla	Cebolla picada, vino blanco, concentrado de tomates, ají cacho de cabra.



Estragón	Cebolla picada, vino blanco, estragón picado.
Italiana	Cebolla o chalota picada, jamón y champiñones en juliana, vino blanco, concentrado de tomates, estragón, mantequilla.
Marchand D'Vin	Cebollas o chalotas picadas, vino tinto.
Madeira	Madeira u oporto, mantequilla
Picante	Cebolla picada, vino blanco, vinagre, pepinillos picados, ají, hierbas frescas.
Robert	Cebolla picada, vino blanco, mostaza, jugo de limón.
Zíngara	Cebolla picada, vino blanco, concentrado de tomates, juliana de champiñones, juliana de trufas, juliana de lengua.

JUGO (JUS) = ES UNA BASE DE SALSA OSCURA QUE SE OBTIENE MEDIANTE EL DORADO DE HUESOS, CARCAZAS O CARNES MAS MIREPOIX Y UN AGENTE AROMATICO, EL CUAL SE DEBE LLEVAR A REDUCCIÓN PARA OBTENER UN LIQUIDO SUSTANCIOSO QUE PODRA SER LIGADO O EMULSIONADO. EN OCACIONES PODREMOS EXTRAER EL DESGLASADO DE UNA CARNE ASADA AL HORNO.
GLACE DE VIANDE = ES UN CONCENTRADO DE CARNE, CARCAZA, HUESOS O CARNES DE CAZA, ELABORADOS A PARTIR DE UN FONDO OSCURO EL CUAL SE REDUCE LENTA Y HASTA QUE QUEDE MUY CONCENTRADO, GELATINOSO, OSCURO Y BRILLANTE. INGREDIENTES: CARCAZAS, HUESOS, CARNE O CARNES DE CAZA + MIREPOIX + BOUQUET GARNI + VINO BLANCO O TINTO Y FONDO OSCURO.
DEMI GLACE = *HUESOS DE VACUNO, RECORTES DE CARNE, MIREPOIX, PURÉ DE TOMATES, HARINA, VINO TINTO, FONDO OSCURO, ESPECIAS.*

VINAGRETA BASICA Y SUS VARIANTES

Aunque en realidad esta no es una salsa en si (es una vinagreta o aderezo), si es la base de una gran variedad de vinagretas para aderezar ensaladas y vegetales. Su elaboración se basa en la emulsión (es una mezcla de dos líquidos inmiscibles o que no se mezclan en estado natural) de aceite y vinagre, sal y pimienta. Algunas de sus variaciones un poco mas elaboradas pueden incluir una mezcla de hierbas y especias aromáticas, cebolla, echalote, mostaza, etc. Comúnmente usada para aderezar ensaladas, vegetales servidos fríos, carnes e incluso pescado.

INGREDIENTES:

- 1/4 de Tza. De vino tinto o vinagre de vino blanco
- Sal y pimienta negra recién molida al gusto
- 3/4 de Tza. De aceite de olivo extra virgen

PROCEDIMIENTO:

En un bowl utilizando un batidor de globo mezclar el vinagre, sal y pimienta, agregar el aceite en forma de hilo delgado a la mezcla de vinagre, batir vigorosamente con el batidor de globo para que la mezcla emulsifique, probar y sazonar según sea necesario Rinde 1 Taza.

VARIACIONES

VINAGRETA DE MOZTAZA:

- Agregar 2 cdas de mostaza Dijon al vinagre y mezclar, antes de agregar el aceite.

VINAGRETA DE MOZTAZA Y MIEL:

- Agregar 2 cdas de miel y 2 cdas de mostaza Dijon al vinagre y batir para mezclar perfectamente. Antes de agregar el aceite.

VINAGRETA DE HIERBAS Y ESPECIAS:

- Agregar cualquier combinación de 1 a 2 cuchara-das de hierbas frescas recién picadas o procesadas al vinagre justo antes de agregar el aceite.

VINAGRETA DE TOMATE Y ALBAHACA:

- En el vaso de la licuadora colocar 3 piezas de jitomate deshidratado al sol, 1/4 de taza de hojas frescas de albahaca, 1 diente de ajo, 1 cucharada de queso parmesano en polvo recién molido, junto al vinagre, sal y pimienta al gusto, procesar hasta obtener un aderezo consistente y homogéneo, mientras la licuadora está procesando, agregar el aceite en forma de hilo y procesar hasta obtener una mezcla perfectamente bien aromatizada. Y homogénea. Ajustar sal y pimienta al gusto.

SALSA BASICA DE JITOMATE

Esta receta de la salsa básica de tomate normalmente es una de mis favoritas y muy utilizada en la actualidad, la mantengo cerca todo el tiempo solo por si se requiere, y es muy sencilla y rápida de hacer, solo necesitamos unos jitomates bien maduros, esta salsa se mantiene bien congelada. Así que de ser necesario podemos doblar la cantidad de ingredientes en esta receta para hacer una mayor cantidad de salsa y de ser necesario se pueda congelar. Sin ningún problema, esta salsa de tomate va muy bien con las bases de la cocina criolla y como se aromatiza con tomillo en lugar de albahaca. Así que si estas cocinando italiana sustituye con albahaca.Ya que este aportará mucho más aroma, dulzura y sabor a tu salsa y de esta manera estará más presente esa frescura en tu salsa.

INGREDIENTES:

- 1.5 Cebolla blanca cortada en brunoise4 dientes de ajo finamente rebanados
- 100 ml. De aceite de oliva extra virgen
- 4 cucharadas de tomillo fresco picado finamente o 2 Cdas de tomillo seco casi pulverizado.
- 1.5 kg de jitomate guaje escalfados y hervidos en 2 lts de agua durante 10 min.
- 100 ml. De pasta de tomate
- Sal y pimienta negra al gusto

MAURICIO REYES

PROCEDIMIENTO:

Picar todo el jitomate en brunoise, si se desea también se pueden simplemente desbaratar con las manos para obtener una salsa más rustica. Reservar.

En una cacerola de 4/6 lts poner a calentar a fuego medio el aceite de olivo, agregar el ajo y dejar dorar ligeramente, agregar la cebolla en brunoise y sofreír hasta que este transluciente unos 5 minutos aproximadamente, agregar la pasta de tomate y dejar cocer durante unos 5 minutos más, agregar el jitomate y llevar a ebullición, agregar el tomillo, bajar el fuego a lento y sudar hasta que pierda el sabor a pasta de tomate y jitomate crudo de 30 minutos aproximada-mente.

Retirar del fuego dejar enfriar en baño de hielo, porcionar al gusto y guardar en refrigeración hasta por 1 semana o congelar hasta por 6 meses. Rinde 2 lts aproximadamente.

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Evidencias de Conocimiento y Evidencias de Producto: Desarrollar actividad, leer, analizar detenidamente las Guias de Aprendizaje AUXILIAR COCINA FUNDAMENTACION Y CONCEPTUALIZACION 1 y 2 y contestar el cuestionario anexo de la presente guia.	APLICA LAS TÉCNICAS Y LOS PROCEDIMIENTOS DE HIGIENIZACIÓN, MANIPULACIÓN Y CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS Y BEBIDAS DE ACUERDO CON LOS PROTOCOLOS ESTABLECIDOS.	**Observación, Resolución de problemas. Solicitud de productos y lista de chequeo.**

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

Mas que un glosario con un máximo de unas 50 o 70 palabras, he preferido ayudar a extenderles el lexico gastronomico compartiendo el libro Larousse Gastronomique en español, en el cual podrá encontrar casi todos los términos utilizados en la Cocina Mundial.

https://drive.google.com/file/d/17LSBky0w3lHYkd_8ONWpJMogiqGWSY-D/view?usp=sharing

MAURICIO REYES

6. REFERENTES BILBIOGRÁFICOS

Webgrafía

1. Biblioteca virtual SENA http://biblioteca.sena.edu.co/
2. Puede acceder a colecciones de libros, revistas, artículos, índices bibliográficos, resúmenes y tesis en texto completo en inglés y español.
    - https://www.cocinacaserayfacil.net/macarrones-carne-picada-tomate/
    - https://www.cocinacaserayfacil.net/recetas-de-pasta/
    - https://es.wikipedia.org/wiki/Pasta#:~:text=La%20pasta%20es%20un%20conjunto,se%20cuece%20en%20agua%20hirviendo.

Bibliografía

1. Guía profesional de cocina. Jaime Alzate Londoño.
2. Guía para el consumidor, corte de carnes. Divulgación tecnológica. Centro Nacional de Hotelería Turismo e Industrias Alimentarias. Folleto Nº 1.
3. Quiroga Tapia Guillermo Zootecnista Profesor U N. Higiene del Proceso de procesamiento de alimentos. Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación FAO. Proyecto: TPC/0051 cocciones Modulares.
4. Loewer E. Profesor Escuela Hotelera de Lausanne. Cocina para Profesionales. Editorial Paraninfo. 1970. Graciela M. de Flores, Marcela Gonzalez Garza, Covadonga Torre Marina, Iniciación en las técnicas de culinarias , Editorial Limusa 2012.
5. Libro las TECNICAS DEL CHEF_ Le Cordon Blue. Equipo*Ingredientes*Terminologia Gastronomica

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	**Mauricio Reyes**	**Instructor**	**Cocina**	**01/04/2023**

8. CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					

MAURICIO REYES

ANEXOS: ACTIVIDAD 1 - GUIA DE APRENDIZAJE AUXILIAR COCINA FUNDAMENTACION Y CONCEPTUALIZACION 2 y contestar el siguiente cuestionario.

Cuestionario para desarrollar por el aprendiz:

1. ¿Cuál es la diferencia entre **lavar e higienizar**?.
2. Nombre 3 actitudes que debe tener un cocinero para ser un profesional integro.
3. ¿Por qué es importante la higiene de las manos?.
4. Explique con sus propias palabras que entiende por **"mise en place"**.
5. Con sus propias palabras indique cuál es la definición de que es una **salsa.**
6. ¿Con sus propias palabras indique qué es una **emulsión**?.
7. ¿Cuál es la diferencia entre un roux y un beurre manie?.
8. Nombre 3 precauciones que se debe tener al momento de realizar un fondo.
9. Nombre las características físicas y las partes de una salsa.
10. Según la clasificación de las salsas oscuras la primera salsa que conocemos es la salsa española nombre sus ingredientes y como se prepara esta salsa.

MAURICIO REYES

Buena Suerte!