PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENIZAJE

Guía de ejecución

- **Denominación del Programa de Formación:** Técnico en Cocina
- **Código del Programa de Formación:** 26732137 **Versión:** 1
- **Nombre del Proyecto:** Implementación de los procedimientos operativos y técnicos de la cocina en restaurante Bio.
- **Actividad de Proyecto:** Desarrollar los metodos y tecnicas en el procesamiento de los alimentos de acuerdo con las solictudes del cliente.

Competencia:

.

- PREPARACION DE ALIMENTOS
- CONTROL DEL MANEJO DE MATERIAS PRIMAS EN LA PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS
- CIENCIAS NATURALES Y QUIMICA
- MATEMÁTICAS
- EMPLEAR ELEMENTOS DE CULTURA EMPRENDEDORA Y EMPRESARIAL DE ACUERDO CON LOS CONTEXTOS PRODUCTIVOS, SOCIAL Y PERSONAL
- EMPLEAR ELEMENTOS DE CULTURA EMPRENDEDORA Y EMPRESARIAL DE ACUERDO CON LOS CONTEXTOS PRODUCTIVOS, SOCIAL Y PERSONAL
- INTERACTUAR EN LENGUA INGLESA DE FORMA ORAL Y ESCRITA DENTRO DE CONTEXTOSSOCIALES Y LABORALES SEGÚN LOS CRITERIOS ESTABLECIDOS POR EL MARCO COMÚN EUROPEO DE REFERENCIA PARA LAS LENGUAS
- COMUNICACION ORAL Y ESCRITA
- INGLES – BILINGÜISMO
- IMPLEMENTAR HÁBITOS SALUDABLES MEDIANTE LA ACTIVIDAD FÍSICA, DE CONFORMIDAD CON LAS EXIGENCIAS DEL PERFIL IDÓNEO DE EGRESO.
- APLICAR PRÁCTICAS DE PROTECCIÓN AMBIENTAL, SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO DE ACUERDO CON LAS POLÍTICAS ORGANIZACIONALES Y LA NORMATIVIDAD VIGENTE.
- EJERCICIO DE LOS DERECHOS FUNDAMENTALES DEL TRABAJO
- INTERACTUAR EN EL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL DE ACUERDO CON PRINCIPIOS ÉTICOS PARA LA CONSTRUCCIÓN DE UNA CULTURA DE PAZ

Resultados de Aprendizaje Alcanzar:

1. ALMACENAR MATERIAS PRIMAS TENIENDO EN CUENTA RIESGOS DE CONTAMINACIÓN, TÉCNICAS DE CONSERVACIÓN Y PROCEDIMIENTOS ESTABLECIDOS.
2. USAR PRINCIPIOS Y LEYES DE LA QUÍMICA EN SITUACIONES CONCRETAS DE SU ENTORNO.
3. ELABORAR PRODUCTOS DE COCINA DE ACUERDO CON TÉCNICAS, RECETA ESTÁNDAR, ÓRDENES DE PRODUCCIÓN Y NORMATIVA SANITARIA
4. REALIZAR PREPARACIONES DE BASE DE REPOSTERÍA Y PANADERÍA DE COMEDOR SEGÚN TÉCNICAS, ORDEN DE PRODUCCIÓN Y NORMATIVIDAD SANITARIA.
5. ELABORAR PRODUCTOS DE REPOSTERÍA Y PANADERÍA DE COMEDOR UTILIZANDO PREPARACIONES DE BASE, TÉCNICAS DE ENSAMBLE Y DECORACIÓN
6. SOLUCIONAR PROBLEMAS DEL ENTORNO PRODUCTIVO Y SOCIAL APLICANDO PRINCIPIOS MATEMÁTICOS

7. ESTRUCTURAR EL PLAN DE NEGOCIO DE ACUERDO CON LAS CARACTERÍSTICAS EMPRESARIALES Y TENDENCIAS DE MERCADO
8. PARTICIPAR EN INTERCAMBIOS CONVERSACIONALES BÁSICOS EN FORMA ORAL Y ESCRITA EN INGLÉS EN DIFERENTES SITUACIONES SOCIALES TANTO EN LA COTIDIANIDAD COMO EN EXPERIENCIAS PASADAS.
9. PRACTICAR HÁBITOS SALUDABLES MEDIANTE LA APLICACIÓN DE FUNDAMENTOS DE NUTRICIÓN E HIGIENE.
10. VALIDAR LA IMPORTANCIA DE LOS PROCESOS COMUNICATIVOS TENIENDO EN CUENTA CRITERIOS DE LÓGICA Y RACIONALIDAD
11. REPORTAR LAS CONDICIONES Y ACTOS QUE AFECTEN LA PROTECCIÓN DEL MEDIO AMBIENTE Y LA SST, DE ACUERDO CON LOS LINEAMIENTOS ESTABLECIDOS EN EL CONTEXTO ORGANIZACIONAL Y SOCIAL.
12. PRACTICAR LOS DERECHOS FUNDAMENTALES DEL TRABAJO DE ACUERDO CON LA CONSTITUCIÓN POLÍTICA Y LOS CONVENIOS INTERNACIONALES.
13. CONTRIBUIR CON EL FORTALECIMIENTO DE LA CULTURA DE PAZ A PARTIR DE LA DIGNIDAD HUMANA Y LAS ESTRATEGIAS PARA LA TRANSFORMACIÓN DE CONFLICTOS
14. EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓNFÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL
15. ESTABLECER RELACIONES DE CRECIMIENTO PERSONAL Y COMUNITARIO A PARTIR DEL BIEN COMÚN COMO APORTE PARA EL DESARROLLO SOCIAL.

- **Duración de la Guía:** 320 horas

2. PRESENTACION



Estimado aprendiz:

¡Bienvenido al mágico mundo de la cocina! En él, conocerá los métodos y las técnicas para transformar los alimentos y hacerlos apetecibles al paladar de los comensales, mientras enriquecemos nuestra biblioteca de sabores y texturas sin descuidar el manejo, el orden, la

limpieza y el trabajo en equipo: solo así será un gran cocinero, quien debe ser una persona enfocada en prestar el servicio de preparar alimentos según parámetros de seguridad y calidad alimentaria, siempre buscando satisfacer a quien lo prueba.

La cocina exige de la generación de hábitos de vida saludables mediante la aplicación de programas de actividad física en los contextos productivos y sociales. Trae consigo efectos beneficiosos en la salud física, mental y la autoestima a través de la imagen corporal. Debido a esto, se espera que el aprendiz desarrolle habilidades psicomotrices, así como que ejecute actividades de acondicionamiento físico orientadas al mejoramiento de su perfil laboral y profesional en el contexto productivo y social. De esta manera las actividades propuestas en las sesiones de cultura física fundamentan el desarrollo de la inteligencia psicomotriz que ayuda a la prevención de accidentes laborales y lesiones musculares.

Por otra parte; en Colombia la importancia de manejar un segundo idioma o más es uno de los objetivos de cualquier tipo a nivel social, por lo tanto, el SENA es una de las instituciones donde se preocupa por que los aprendices desarrollen competencias comunicativas para desenvolverse en diferentes contextos apuntando al programa en cocina.
De la misma manera el aprendizaje de un segundo idioma tan importante como el inglés permite abrir nuevas oportunidades laborales a los aprendices que realizan este programa. Por ende, el SENA tiene como propósito generar espacios donde se desarrollen interacciones y conocimientos que involucren los conceptos teóricos de las competencias técnicas con la práctica del idioma inglés. De acuerdo a lo anterior, esta guía se enfoca en desarrollar un contenido teórico y práctico en temas genéricos en cocina basados en lengua Inglesa.

Reflexión Inicial

“La cocina es una de las profesiones más antiguas e importantes en el desarrollo del ser humano; sin ella, para la humanidad sería muy difícil subsistir. Ésta ha evolucionado de ser un oficio a convertirse en una profesión con habilidades y técnicas propias para su desarrollo, como veremos en el transcurso de la competencia, junto con su historia, sus cambios y su evolución. Conoceremos las características de los alimentos, su naturaleza, su contenido nutricional, y a su vez, como se transforman aplicando técnicas y métodos de cocción. Ampliaremos nuestra biblioteca de sabores aprendiendo sobre sus cambios físico-químicos y organolépticos y transformándolos para hacerlos cada vez más apetecibles a los diferentes y exigentes paladares del mundo moderno.

De acuerdo con esto, reflexione sobre los siguientes interrogantes:

1. ¿Qué opinión tiene usted sobre el papel de la cocina a lo largo de la evolución de la humanidad, en términos sociales, políticos y religiosos?
2. Las nuevas tendencias en cocina han tomado un gran auge y cambiado los hábitos alimenticios. ¿Qué impresión le genera esto?
3. ¿Qué técnicas de cortes, preparaciones entre otras han evolucionado y cuáles de las antiguas usamos en el hoy por hoy en una cocina?

Socialice sus respuestas con cinco compañeros; generen un criterio para compartir con el resto del grupo y expóngalo.

Actividades de contextualización

¨ Las salsas es el perfume de las comidas¨

De acuerdo a la anterior frase organizar grupos de 3 y responder para luego socializar en mesa redonda con el apoyo del instructor:

1. ¿Que entienden por la frase?
2. ¿Qué salsas preparas en casa?
3. ¿Crees que para preparar una salsa debemos saber técnicas de cortes?
4. ¿Cuáles han sido sus experiencias preparando salsas?
5. ¿Te identificas con alguna salsa? ¿Por qué?

Actividades Apropiación

APROPIAR LAS TÉCNICAS DE COCINA, REPOSTERÍA Y PANADERÍA CON MEDIDAS SANITARIAS PARA EL PROCESO EN PRODUCCIÓN DE ALIMENTO APLICANDO LAS BUENAS PRÁCTICAS DE MANUFACTURA (BPM) EN LA ELABORACIÓN DE ALIMENTOS, TENIENDO EN CUENTA LAS NORMAS DE SEGURIDAD EN EL TRABAJO Y PRACTICAS AMIGABLES CON EL MEDIO AMBIENTE

ACTIVIDAD
Manejo de cuchillo y tabla de colores.

En la cocina hay diferentes formas del manejo de un cuchillo, de acuerdo a las sesiones realizadas en clases anteriores cada uno de ustedes deberá realizar un video no mayor a 5 minutos desde su casa cumpliendo todos los protocolos de higiene y desinfección, deben portar su uniforme mientras realizan la actividad que deben presentar. Pueden utilizar cualquier tipo de verdura u hortaliza para este taller, organizar el salón en mesa redonda y prestar atención al instructor líder a sus diapositivas sobre el manejo del cuchillo. Luego proceder al taller de cocina y participe en la demostración del uso del cuchillo que realice el instructor y proceda a practicar las diferentes formas de coger el cuchillo según lo indicado. Luego de ver el manejo del cuchillo de parte del instructor en una mesa redonda con tus compañeros coméntanos con cual técnica te sientes más cómodo (a) a la hora de la práctica.

1. Observe el video *Cuchillos en la cocina* disponible en el link **http://www.ciavideos.com/?v=606**
2. Identifique las clases y las partes del cuchillo, técnicas de afilado y uso de la chaira.
3. consulte en en el libro *La cocina de referencia tomo 1* (pp. 14- 19). Para ello, en el taller se verán temas sobre cuchillería profesional. ”.
4. Este libro: la cocina de referencia tomo 1 y 2 se encuentran en material de apoyo en la plataforma blackboard.

Tabla de colores.

En la cocina debemos ser muy ordenados hasta la hora de cortar proteínas y/o verduras, para esto se necesita tener un conocimiento sobre cuál es el significado de los colores de las tablas que se usa en una cocina.

En parejas realizar una presentación sobre los colores de las tablas y para qué es cada color, la manera adecuada de lavar las tablas, de acuerdo a las consultas realizadas, luego socializar con el apoyo del instructor y proceder al taller de cocina a identificar cada tabla.

Métodos y Técnicas de Cocción

A partir del material de apoyo suministrado por su instructor técnico, elabore un informe sobre las diferentes técnicas utilizadas en la elaboración de la cocina caliente: brasear, bridar, acaramelar, empanizar, macerar, estofar, freír, grillar, al vapor, pochar, asar, blanquear, saltear, sudar. Adicionalmente consulte videos en YouTube que contengan estos procedimientos, en la plataforma en material de apoyo de la fase de ejecución encontrara los dos tomos del libro ¨ La Cocina de Referencia¨ del cual también podrá apoyarse para realizar el informe.

Actividad
Salsas madres frías y calientes y fondos blanco, oscuro y fumet

De acuerdo con el material de apoyo suministrado por su instructor técnico, en grupos de 3 aprendices elabore un informe completo (nombre, ingredientes, preparación y usos) sobre los fondos y salsas madres qué se utilizan en la gastronomía colombiana e internacional tome como referencia el libro: *La cocina de referencia* tomo 1 donde se contextualiza sobre *fondos* (pp. 256-272). Los fondos son base principal en cocina caliente (cremas, sopas, salsas, saborizantes), y se deben elaborar con responsabilidad. De esto depende el éxito de las preparaciones. Elabore informe en PowerPoint y suba a la plataforma.
Luego socialice a sus compañeros de grupo.

- ✓ Con el acompañamiento del instructor, unifique conceptos y planifique el trabajo que se desarrollará en el taller.
- ✓ Recuerde que debe profundizar, socializar y resolver dudas antes de llegar al taller.

Nota: recuerde solicitarle al instructor el instrumento de evaluación de desempeño y producto (lista de chequeo o verificación) y archivarla en su carpeta de evidencias.

❖ Metodología del taller

Teniendo en cuenta los temas abordados en los talleres anteriores:

1. Ejecute la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
2. Todas las brigadas realizaran:
   - ✓ Fondos (claro, oscuro, Fumet de pescado, consomé blanco simple o marmita)
   - ✓ Aplicar la formulación de receta estándar (obteniendo como resultado 500cc de cada uno;)
   - ✓ Empacar etiquetar y guardar.

Salsas oscuras y derivadas

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. *272-295*) se contextualiza sobre *grandes salsas de base*. Profundice en “salsas derivadas” (pp. 141-149), que se encuentra en el anexo del libro *Salsas* de Michel Roux.

El éxito de las preparaciones en cocina caliente se fundamenta en las bases y las salsas, las cuales deben respetar la calidad de la materia prima, los tiempos y las temperaturas, en cualquier preparación.

- ✓ Con el acompañamiento del instructor, unifique conceptos y planifique el trabajo que se desarrollará en el taller.
- ✓ Recuerde que debe profundizar, socializar y resolver dudas antes de llegar al taller.

❖ **Metodología del taller**

Teniendo en cuenta los temas abordados en los talleres anteriores:

1. Ejecute la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
2. Conforme grupos de cinco aprendices.
   - ✓ Calcule el porcentaje con los referentes de las salsas tiendo como referente la Receta estándar de producción.
   - ✓ Realice dos salsas oscuras (demiglase y española) y dos derivadas —*bourguignonne* y vino tinto—
   - ✓ Realice un rendimiento de 300 cc para cada salsa derivada, con estándares de conservación.
   - ✓ Etiquete y guarde las salsas para ser empleadas en cocina de ensamble

Salsas blancas

❖ **Base teórica:**

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. *280-288*) se contextualiza sobre *salsas*. Profundice en derivadas (pp.281-288) en los anexos del libro de salsas de Michel Roux (pp. 117 -139).

- ✓ Con el acompañamiento del instructor, unifique conceptos y planifique el trabajo que se desarrollará en el taller.
- ✓ Recuerde que debe profundizar, socializar y resolver dudas antes de llegar al taller.

Nota: recuerde solicitarle al instructor el instrumento de evaluación de desempeño y producto (lista de chequeo o verificación) y archivarla en su carpeta de evidencias.

❖ **Metodología del taller**

Teniendo en cuenta los temas abordados en los talleres anteriores:

1. Conforme grupos de tres aprendices.

Calcule el porcentaje con los referentes de las salsas blancas (bechamel, crema, champiñones y veloutes).

- ✓ Realice un rendimiento hipotético de 300 cc para cada salsa derivada, con estándares de conservación teniendo como referente la Receta estándar de producción.

Técnicas de cortes de materias primas

Consultando el material de apoyo suministrado y el acompañamiento de su instructor técnico en clases pasadas, en forma individual desde sus casas cada aprendiz debe realizar todos los cortes (verduras y hortalizas) indicando además su uso en de acuerdo a la diferentes preparaciones y técnicas de cocción. Elabore el video y súbanlo al drive que se creó para el técnico en cocina.

Tome como referencia el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 206-232) y tomo 2 (pp. 201-258) donde se contextualizan algunas carnes de carnicería. Profundice en *el* tomo 1 sobre “lomo de res ancho” (pp. 222-224), “lomo fino” (p. 221) y en el tomo 2 sobre “solomillo” (p. 209).

La carne de res es un producto esencial. Para su comercialización, su cuerpo se divide en dos mitades (medias *canales)* de las que se harán diferentes cortes, cuya variabilidad (americano,

europeo) depende de: herencia cultural de cada país, condiciones de calidad, textura, color, maduración, pH, y el estado de conservación.
En cocina, el término *carne* se aplica a la carne de bovinos, ovinos, caprinos, porcinos y equinos. En gastronomía, se clasifica, según su color, en *rojo*, *blanco* y *rosado*.

Cada grupo de aprendices deben visitar los siguientes links para que tengan un conocimiento mas amplio sobre el tema:

- ✓ Visite el link: http://www.ciavideos.com/videos/search/eyJyZXN1bHRfcGFnZSI6InZpZGVvc1wvc2VhcmNoIiwia2V5d29yZHMiOiJiZWVmIn0, de la The Culinary Institut of America (CIA) y revise los videos relacionados con carnes.

Así mismo, amplié sus conocimientos visitando los siguientes links:

- ✓ https://www.slideshare.net/Fedegan/carnes-de-colombia-carta-fedegn-111
- ✓ http://www.friogan.com/contenido/contenido.aspx?catID=22&conID=74
- ✓ https://www.slideshare.net/rlnobre/cortes-de-carnes
- ✓ https://www.slideshare.net/jsebasmd/cortes-14417359

Tomando como base el libro *La cocina de referencia* tomo 1 y 2, en grupos de cortes de carnes asignados por el instructor (máximo 3 aprendices) indaguen:

- ✓ ¿Cómo se comercializan en su región?,
- ✓ ¿Cuáles son los más comunes?,
- ✓ Técnicas y términos de cocción.
- ✓ Con el acompañamiento del instructor, unifiquen conceptos y planifiquen el trabajo que se desarrollará en el taller.
- ✓ Recuerde que debe profundizar, socializar y resolver dudas antes de llegar al taller. Así mismo, cada grupo debe subir sus trabajos a la plataforma LMS.

Nota: Recuerde solicitarle al instructor el instrumento de evaluación de desempeño y producto (lista de chequeo o verificación) y archivarla en su carpeta de evidencias.

❖ **Metodología del taller**

Teniendo en cuenta los temas abordados en los talleres anteriores:

1. Ejecute la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
2. Todas las brigadas realizarán:
   - ✓ Arreglar limpiar, cuidando las BPM.
   - ✓ Empacar al vacío.
   - ✓ Reconocimiento de producto.
   - ✓ Aplicar técnica de cocción contextualizada.
   - ✓ Aprender y aplicar términos de cocción para los cortes que aplican (azul, medio, tres cuartos y bien asado).
   - ✓ Panel sensorial (Anexo 7).
3. Cada brigada realizara el siguiente porcionamiento, empacar al vacío y rotular de acuerdo a las especificaciones técnicas:
   - ✓ (Sobre barriga): porciones de 200 gr.
   - ✓ (Lomo ancho): porciones de 250 grs (corte mariposa).
   - ✓ (Lomo fino-medallones): porciones de160 gr albardadas
   - ✓ (Lomo fino-chateaubriand): porciones de 250 gr

- ✓ (Lomo fino baby): porciones de 250 grs.
- ✓ (corte stragonoff y tournedós): porciones de 100 grs
- ✓ (Murillo o lagarto): dados de 3 x 3 estofado.
- ✓ (Costilla de res): cocción de 150 grs con empaque al vacío.

Carnes -pollo y conejo

❖ **Base teórica:**

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 236-255) se contextualiza sobre las aves y el conejo. Profundice en "aves" (pp. 236-255), pollo (pp.236-250) y conejo (pp.254-255) aplicando diferentes formas de porcionamiento y preparación.

Así mismo, revise el capítulo de cocciones (pp. 359-479), técnicas de asado (pp. 420-430), estofado, (pp. 392).

- ✓ Con el acompañamiento del instructor, unifique conceptos y planifique el trabajo que se desarrollará en el taller.
- ✓ Recuerde que debe profundizar, socializar y resolver dudas antes de llegar al taller

Metodología del taller

Teniendo en cuenta los temas abordados en los talleres anteriores:

1. Ejecute la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
2. Todas las brigadas ejecutaran los cortes de tres pollos y 1, conejo con la demostración que realizara el instructor. y el instructor realizará la demostración de corte de conejo.
   - ✓ Corte de pollo: cuartos, octavos, supremas, alas en bombón, medio pollo, pierna pernil deshuesado.
   - ✓ Corte de conejo: cuartos.
   - ✓ Asado.
   - ✓ Estofado.

Carnes cerdo

❖ **Base teórica:**

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 226-232) se contextualiza sobre las carnes. Profundice en "cerdo" (pp. 226-228). Así mismo, tenga en cuenta el *Manual de cortes de cerdo colombiano* de la asociación colombiana de porcicultores que se encuentra en el siguiente link: https://porkcolombia.co

- ✓ Con el acompañamiento del instructor, unifique conceptos y planifique el trabajo que se desarrollará en el taller.
- ✓ Recuerde que debe profundizar, socializar y resolver dudas antes de llegar al taller.

Nota: recuerde solicitarle al instructor el instrumento de evaluación de desempeño y producto (lista de chequeo o verificación) y archivarla en su carpeta de evidencias.

❖ **Metodología del taller**

Teniendo en cuenta los temas abordados en los talleres anteriores:

1. Ejecute la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
2. Todas las brigadas tendrán 2,5 kilos de carré de cerdo (lomo y parte costilla) y lomo de cerdo 2 kilos para:
3. Limpiar

4. Realizar corte medallones de 150 grs con el lomo de cerdo.
5. Realizar corte baby de 200 grs con el lomo de cerdo.
6. Cocinar o guardar al vacío según la regional para futura preparaciones.

Mariscos y Pescados

❖ **Bases teóricas:**

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1, en las pp. 154-186 se contextualiza sobre pescados y mariscos. Profundice. En el libro *La cocina de referencia* tomo 2 en "mariscos" (pp. 187-200)

- ✓ Establezca diferencias entre las características de los crustáceos, los cefalópodos, los bivalvos, los gasterópodos y los camarones de agua dulce.
- ✓ Los caldos cortos (*court bouillon*) y la conservación.
- ✓ Recuerde que debe profundizar, socializar y resolver dudas antes de llegar al taller.
- ✓ Con base en la lectura identifique los tipos de pescados, clasificación por conservación, grasa, forma, hábitat, métodos de cocción (p. 360) (partiendo del frio; sin partiendo del calor; con, combinada; desplazamiento y calentamiento molecular "microondas"), técnicas (pochar, cocción al vapor, saltear, asar, rostizar, cocer en cacerola, freír, coser en ragú, brasear); así como la elaboración del caldo corto "*court bouillon"*.
- ✓ Con el acompañamiento del instructor, unifique conceptos y planifique el trabajo que se desarrollará en el taller. Recuerde que debe profundizar, socializar y resolver dudas antes de llegar al taller.

Este libro: la cocina de referencia tomo 1 y 2 se encuentran en material de apoyo en la plataforma blackboard.

Actividad.
Pasta Artesanal y Arroces.

El secreto de una preparación a base de pasta es crear nuestra propia pasta artesanal, a partir de la base que se realiza salen muchos tipos de pasta. En grupo de 2 o 3 personas realizar una consulta con el acompañamiento de su instructor líder sobre los siguientes interrogantes:

1. ¿Cuáles son los principales ingredientes para realizar una masa para pasta artesanal?
2. ¿Cómo es el paso a paso para realizar la masa de la pasta?
3. ¿Cuáles son los secretos a la hora de realizar pasta?
4. ¿Cuantos tipos de pastas hay y cuál es su nombre y diferencia entre ellos?
5. ¿Cómo adicionamos color natural a una pasta?
6. ¿Cuáles son las técnicas para dejar secar la pasta, cuantas horas debe ser este proceso, como es paso a paso para esto?
7. ¿Cuáles son las salsas ideales para acompañar la pasta, su origen, ingredientes y procedimientos para realizarlas?

Luego realizar una presentación en PowerPoint y/o Prezi para proceder a socializarla a sus compañeros con el apoyo del instructor líder.

Luego proceder al taller de cocina para realizar pasta artesanal para

1. Lasaña
2. Raviolis
3. Fetuccini
4. Salsas clásicas de la cocina italiana.

1. **Arroz**
   Taller cocina

❖ **Base teórica:**

En el libro *La cocina de referencia* tomo II (pp. *328-329 y 378-379*) se contextualiza sobre *arroces*. Con el acompañamiento del instructor, unifique conceptos y planifique el trabajo que se desarrollará en el taller en un foro de discusión.

✓ Recuerde que debe profundizar, socializar y resolver dudas antes de llegar al taller.

Nota: recuerde solicitarle al instructor el instrumento de evaluación de desempeño y producto (lista de chequeo o verificación) y archivarla en su carpeta de evidencias.

❖ **Metodología del taller**

Teniendo en cuenta los temas abordados en los talleres anteriores:

1. Ejecute la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
2. Aplique técnicas de cocción (sushi, florentino, cantones, risotto, champiñón)
3. Diligencia el formato de panel sensorial (Anexo 7)

Actividad
Bases repostería y panadería

A partir del material de apoyo suministrado por su instructor técnico, elabore un informe sobre la introducción de la repostería en la gastronomía, consultando e indicando:

1. Elaboración de masas básicas.
2. Vocabulario de repostería.
3. Temperaturas utilizadas en repostería.
4. Productos como: biscochos, tortas frías, brownies, jaleas, rellenos, decoraciones, pastillaje, postres fríos y calientes.
   Elabore informe de esta consulta en Power Point, prezi para luego socializar con todo el grupo de aprendices y acompañados de su instructor, luego de ser revisado la consulta subirla a la plataforma.

Actividad.
Aceites aromatizados y mantequillas compuestas.

En la cocina siempre buscamos realzar los sabores, para esto siempre un cocinero está buscando trucos para que su producto final tenga un excelente sabor, uno de los trucos que se utilizan en la cocina son los aceites aromatizados.

En grupo de 3 personas realizar una consulta de los aceites aromatizados que se utilizan en cocina, cómo se aromatizan los aceites, que aceites se utilizan para estos, cuanto nos dura un aceite aromatizado, como se debe almacenar y envasar, cuanto tiempo dura un aceite aromatizado, realizar una presentación en power point y socializar con sus compañeros con el apoyo de su instructor líder y luego de proceder al taller de cocina a realizar la práctica de estos aceites aromatizados.

CHIMICHURRI Y AJIES

En Latinoamérica es muy común escuchar la palabra chimichurri y ajíes, pero de acuerdo al país cambia su preparación,

En grupo de 3 personas consulten con el apoyo del instructor los diferentes tipos de chimichurri que hay, cuáles son sus ingredientes, como se prepara, para que tipo de comida son utilizados.

Luego de mirar las consultas en una mesa redonda acompañados del instructor, pasar al taller de cocina para realizar:

1. Chimichurri Argentino
2. Chimichurri Colombiano
3. Guacamole Mexicano
4. Ají típico del Valle del Cauca.
5. Salsa de cilantro para papas al vapor.

Actividad
Cocina vegetariana y cocina saludable

En el mundo de la gastronomía tenemos diferentes comensales, los cuales para todos debemos preparar diferentes tipos de comida, para poder llegar a todo el mercado debemos conocer bien sobre que vamos a preparar. En su equipo de trabajo consultar sobre la comida vegetariana,

1. ¿Cuantos tipos de vegetarianos hay?
2. ¿En qué consiste cada tipo de vegetariano?
3. ¿Qué platos son los más comunes en un menú vegetariano

Actividad de transferencia

Muestras Gastronómicas

Con su equipo de trabajo y de acuerdo a lo investigado en las actividades de apropiación seleccione y prepare: dos platos fuertes, dos bebidas, dos postres en porciones para diez (10) personas, así mismo presentar la receta estándar y la respectiva requisición de materia prima e insumos al almacén, Dichos platos que deben ser presentados en las muestras gastronómicas.

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Tome como referencia las técnicas e instrumentos de evaluación citados en la guía de Desarrollo Curricular

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
	Almacena y conserva los	

Evidencias de Desempeño: 1. Preparación de platos fríos, calientes de la cocina ancestral del Valle del Cauca y platos típicos de la cocina internacional. 2. limpieza y desinfección en la cocina. **Evidencias de Producto:** 1. Presentación de platos fríos, calientes de la cocina ancestral del Valle del Cauca y platos típicos de la cocina internacional.	alimentos, de acuerdo a la normatividad vigente. Elabora recetas estándar, de acuerdo a pronósticos de ventas y programas de producción. Elabora diferentes bases de cocina, diferenciando sus momentos de aplicación en el menú, y sus diferentes posibilidades de variación, de acuerdo a receta estándar establecida. Prepara platos calientes y fríos cumpliendo los parámetros de sabor, textura, aroma y presentación, requeridos en la cocina profesional Reconoce las características de las principales cocinas internacionales. Elabora de forma técnica, las preparaciones más representativas de las principales culturas gastronómicas de Europa, Asia y América. Realiza los cortes y porciona los insumos de acuerdo a la presentación y las cantidades establecidas. Elabora de forma técnica, las preparaciones más representativas de las principales culturas gastronómicas de Colombia (cocina del pacífico, cocina del atlántico, cocina de Cundinamarca, Boyacá, cocina de Antioquia y Viejo Caldas, cocina de los Santanderes, cocina del	**Técnica de evaluación**: Observación directa. **Instrumento de evaluación:** Lista de chequeo. **Técnica de evaluación**: Valoración de producto. **Instrumento de evaluación:** Lista de chequeo.

	Tolima grande, cocina de la Orinoquia). Asea, limpia e higieniza equipos y utensilios según procedimientos y manuales de higiene, asumiendo responsablemente la seguridad industrial. Identifica y reporta los síntomas de enfermedades que puedan ocasionar riegos en la inocuidad en los alimentos según procedimiento establecido.	
Evidencias de Producto: Señales de Seguridad para implementar en el festival gastronómico.	Diagnóstica los riesgos ergonómicos y psicosociales de su desempeño laboral según normas de salud ocupacional. Recomienda medidas de intervención acordes necesidades de organización.	**Técnica de Evaluación**: Valoración del producto **Instrumento de Evaluación**: Lista de chequeo.
Evidencias de Producto: Receta en inglés. **Evidencias de Desempeño:** Sustentación oral	Elabora resúmenes cortos sobre textos sencillos, y con contenido técnico. Puede relacionar textos en ingles con imágenes o con títulos que le sean adecuados.	**Técnica de Evaluación**: Valoración del producto **Instrumento de Evaluación**: Lista de chequeo
Evidencias de Desempeño: Expresión corporal y verbal	Valorar el impacto de la cultura física en el mejoramiento de la calidad de vida y su efecto en el entorno familiar social y productivo teniendo en cuenta su proyecto de vida	**Técnica de Evaluación**: Valoración del producto
Evidencias de Conocimiento: **Consulta conceptos cocina tradicional, ancestral, típica, popular, gourmet,**	Analiza de manera crítica las situaciones pertinentes que contribuyen a la resolución de problemas según los requerimientos de los contextos productivos y	**Técnica de evaluación:** Formulación de preguntas. GFPI-F-135 V01 **Instrumento de evaluación:** Cuestionario.

internacional. **Consulta métodos etnográficos de investigación.** **Exposiciones propuestas de ejecución.** **Evidencias de Desempeño:** **Evidencias de Producto:** **Historia de vida de portador de tradición ancestral gastronómica Vallecaucana, video y documento.**	sociales.	**Técnica de evaluación**: Valoración de producto. **Instrumento de evaluación:** Lista de chequeo.
Evidencia de producto: Informe orden, limpieza y desinfección en ambientes de cocina **Bitácora de acciones ambientales en la cocina** **Técnica de evaluación: valoración de producto .** **Instrumento: lista de chequeo**	comprobar el cumplimiento de la normatividad ambiental y de SST en su contexto laboral y social.	**Técnica de evaluación:** valoración de producto . **Instrumento:** lista de chequeo.
Evidencias de Producto: Informe del estudio de mercado.	Determina grupos focales de mercado de acuerdo con la .idea de negocio. Construye propuestas empresariales y de negocio teniendo en cuenta las necesidades y segmentación del mercado.	Técnica de Evaluación : Valoración de producto. Instrumento de Evaluación: Lista de chequeo
EVIDENCIA DE: **Conocimiento: A**propiación de los conceptos de los temas relacionado con toma de decisiones, autonomía. **Producto:** Mapa de sueños Proyecto de vida.	Construye relaciones interpersonales a partir del enfoque diferencial y la promoción de una cultura de paz Evidencia respeto por el bien común la alteridad y el dialogo con el otro, con base en principios axiológicos	**TÉCNICA:** Valoración de Producto **Instrumento de evaluación:** Lista de chequeo: de producto.

1. GLOSARIO DE TERMINOS

Controlado: Condición obtenida por cumplimiento de los procedimientos y de los criterios marcados.
Controlar: Adoptar todas las medidas necesarias para asegurar y mantener el cumplimiento de los criterios establecidos en el plan de HACCP.
Desviación: Situación existente cuando un límite crítico es incumplido.
Diagrama de flujo: Representación sistemática de la secuencia de fases u operaciones llevadas a cabo en la producción o elaboración de un determinado producto alimenticio.
Fase: Cualquier punto, procedimiento, operación o etapa de la cadena alimentaria, incluidas las materias primas, desde la producción primaria hasta el consumo final.
Límite crítico: Criterio que diferencia la aceptabilidad o inaceptabilidad del proceso en una determinada fase.
Medida correctiva: Acción que hay que realizar cuando los resultados de la vigilancia en los PCC indican pérdida en el control del proceso.
Medida de control: Cualquier medida y actividad que puede realizarse para prevenir o eliminar un peligro para la inocuidad de los alimentos o para reducirlo a un nivel aceptable.
Peligro: Agente biológico, químico o físico presente en el alimento, o bien la condición en que éste se halla, que puede causar un efecto adverso para la salud.
Plan de HACCP: Documento preparado de conformidad con los principios del sistema de HACCP, de tal forma que su cumplimiento asegura el control de los peligros que resultan significativos para la inocuidad de los alimentos en el segmento de la cadena alimentaria considerado.
Punto crítico de control (PCC): Fase en la que puede aplicarse un control y que es esencial para prevenir o eliminar un peligro relacionado con la inocuidad de los alimentos o para reducirlo a un nivel aceptable.
Sistema de HACCP: Sistema que permite identificar, evaluar y controlar peligros significativos para la inocuidad de los alimentos.
Transparente: Característica de un proceso cuya justificación, lógica de desarrollo, limitaciones, supuestos, juicios de valor, decisiones, limitaciones, e incertidumbres de la determinación alcanzada están explícitamente expresadas, documentadas y accesibles para su revisión.
Validación: Constatación de que los elementos del plan de HACCP son efectivos.
Verificación: Aplicación de métodos, procedimientos, ensayos y otras evaluaciones, además de la vigilancia, para constatar el cumplimiento del plan de HACCP.
Vigilar: Llevar a cabo una secuencia planificada de observaciones o mediciones de los parámetros de control para evaluar si un PCC está bajo control.

MANIPULACION DE ALIMENTOS
Ambiente: conjunto de componentes físicos, químicos, y biológicos externos con los que interactúan los seres vivos
A&B: Abreviatura de alimentos y bebidas
Biodiversidad: diversidad de especies vegetales y animales que viven en un espacio determinado.

- .

7. REFERENTES BILBIOGRAFICOS

- ✓ Asociación colombiana de porcicultores (ASOPORCICULTORES). (2014). Manual de cortes de cerdo colombiano. Bogotá: Ceno porcino.
- ✓ es.pinterest.com. (27 de 07 de 2017). Gastronomía: Un viaje por el menú colombiano. Obtenido de https://es.pinterest.com/pin/420734790168386885/: https://s-media-cache-ak0.pinimg.com/originals/b3/21/02/b321022d99c9397c5a42811764826415.jpg
- ✓ FEDEGAN. (01 de 08 de 2017). Slide Share. Obtenido de https://www.slideshare.net/Fedegan/carnes-de-colombia-carta-fedegn-111
- ✓ Fernández, L. (01 de 08 de 2017). www.slideshare.net. Obtenido de https://www.slideshare.net/rlnobre/cortes-de-carnes
- ✓ Foro Panamericano de asociaciones de culinarias profesionales. (2014). Foro Panamericano de asociaciones de culinarias profesionales. Bogotà: Academia culinaria.
- ✓ FRIOGAN. (01 de 08 de 2017). http://www.friogan.com. Obtenido de http://www.friogan.com/contenido/contenido.aspx?catID=22&conID=74
- ✓ Instituto centro superior de cultura y turismo. (1 de 8 de 2017). icsct.blogspot.com.co. Obtenido de Tareas de gastronomía: http://icsct.blogspot.com.co/2011/11/que-es-la-gastronomia.html
- ✓ INVIMA. (1 de 8 de 2017). Instituto Nacional de Vigilancia de Medicamentos y Alimentos. Obtenido de https://www.invima.gov.co/index.php?option=com_content&view=category&id=96&layout=blog&Itemid=2139
- ✓ Maincent-Morel, M. (2013). La cocina de referencia. Manual para profesores, estudiantes y profesionales. Tomo II. Fichas para la evaluación en la enseñanza superior. Técnicas de fabricación ISBN: 970-607-05-0467-9. México: IFGP: Limusa.
- ✓ Maincent-Morel, M. (2014). La cocina de referencia. Manual para profesores, estudiantes y profesionales. Tomo I. Técnicas y preparaciones de base ISBN 978-607-05-0160-96.1. México: IFGP: Limusa.
- ✓ Ministerio de Colombia. (27 de 07 de 2017). Biblioteca básica de Cocinas Tradicionales de Colombia. Obtenido de http://www.mincultura.gov.co/areas/patrimonio/Paginas/bibliotecas-de-cocinas.aspx
- ✓ Muñoz, S. (01 de 08 de 2017). www.slideshare.net. Obtenido de https://www.slideshare.net/jsebasmd/cortes-14417359
- ✓ Roux, M. (2008). Salsas: dulces y saladas, clásicas y modernas. Barcelona: Elfos.
- ✓ The Culinary Institute of America. (27 de 07 de 2017). CIA Videos: Videos from The Culinary Institute of America. Obtenido de http://www.ciavideos.com/?v=606
- ✓ The Culinary Institute of America. (07 de 27 de 2017). CIA Videos: Videos from The Culinary Institute of America. Obtenido de http://www.ciavideos.com/videos/search/eyJyZXN1bHRfcGFnZSI6InZpZGVvc1wvc2VhcmNoIiwia2V5d29yZHMiOiJiZWVmIn0

Libro Manual gastronómico de Nestlé profesional creative food & beverage solutions

Libro la cocina francesa clásica de Le Gordon Blue

Libro: La guía profesional de la cocina de Jaime álzate

Libro: salsas madres y salsas derivadas de Daniel Sandoval escuela de gastronomía instituto superior mariano moreno introducción a la cocina I

Libro: historia de la cocina y de los cocineros (E. neirinck, J-P Poulain)

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	**LUIS FELIPE RUA**	**Instructor lider**	**Coordinación académica.**	**Septiembre 2022**

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

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					