



PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

2. Denominación del Programa de Formación: **Técnico de cocina.**
3. Código del Programa de Formación: **635503.**
4. Nombre del Proyecto : **Aplicación de técnicas y procedimientos de cocina en establecimientos gastronómicos**
5. Fase del Proyecto : **PLANEACION**
6. Actividad de Proyecto: **Identificar las materias primas y los peligros de contaminación en la preparación de alimentos.**
7. Competencia: Preparación de alimentos

- **Resultados de aprendizaje**

- Efectuar procedimientos de alistamiento en materias primas de acuerdo con técnicas, parámetros de producción y calidad.
- Realizar preparaciones de base de repostería y panadería de comedor según técnicas, orden de producción y normatividad sanitaria.

Duración de la Guía de Aprendizaje: 168 horas (preparación de alimentos)

2. PRESENTACIÓN

- Motivar hacia la actividad de aprendizaje en consideración a las fortalezas que aportará en el desarrollo de habilidades y destrezas.
- Guiar y organizar el aprendizaje de manera que se oriente al desarrollo integral del aprendiz
- Motivar a la acción, al trabajo autónomo sistemático y organizado.
- Relacionar conocimientos previos con los nuevos para la construcción significativa de los mismos.
- Promover el aprendizaje colaborativo y el crecimiento integral del grupo.

1. Formulación de las actividades de aprendizaje



3.1 Actividad de reflexión inicial

1. 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:

- ¿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?
- Las nuevas tendencias en cocina han tomado un gran auge y cambiado los hábitos alimenticios. ¿Qué impresión le genera esto?
- Socialice sus respuestas con cinco compañeros; generen un criterio para compartir con el resto del grupo y expóngalo.

Ambiente: aula convencional

Materiales: papel bond tamaño carta, esfero.

TALLERES

La integración de la teoría y la práctica a través de una metodología activa y de aprendizaje por proyectos, lleva a la formación del profesional integral SENA. Para ello, se diseñaron diferentes talleres con el fin de fortalecer el desarrollo de habilidades y competencias necesarias en el desempeño del mundo de la vida (social y productiva). Tenga en cuenta los estándares de materia prima para talleres de formación.

1. Aplicar prácticas higiénicas (limpieza y desinfección)

Taller # 1 cocina (II trimestre)

Aplice el plan de limpieza, desinfección y manejo de residuos (elaborado en la cartilla limpieza, desinfección) ejecutando el POES elaborado en la guía 1.

Consulte en el libro *La cocina de referencia tomo 1* (pp. 7- 10).

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.

2. Manejo de equipos, cuchillos y otras herramientas

Talleres # 2 – 3 cocina (II trimestre)

Participe en la demostración del uso de los equipos que realice el instructor. Observe con atención.

Consulte las fichas técnicas de equipos elaboradas en la Guía de Aprendizaje No. 2.

Según los equipos disponibles en su centro de formación, identifique el uso, el cuidado, los posibles riesgos y los protocolos de limpieza y desinfección.



El cuchillo es una extensión del cuerpo del cocinero; es importante aprender a manejar esta herramienta y usarla adecuadamente.

- ✓ Observe el video *Cuchillos en la cocina* disponible en el link <http://www.ciavideos.com/?v=606>
- ✓ Identifique las clases y las partes del cuchillo, técnicas de afilado y uso de la chaira.
- ✓ consulte en el libro *La cocina de referencia tomo 1* (pp. 14- 19). Para ello, en el taller se verán temas sobre cuchillería profesional . ”.
- ✓ Consulte en el libro *La cocina de referencia tomo 1* (pp. 20- 34). Para ello, en el taller se verán temas sobre equipos, baterías de cocina y utensilios. ”.

En preparaciones preliminares, profundice en: “pelado al vivo”; “gajos”; “porción de desayuno”; “abanico”; “pluma dentado”; “acanalado”; “rondel” y “parisien”. Dichas técnicas se aplicarán en el 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.

Así mismo, en el taller de cocina, y con orientación del instructor, practique el uso del cuchillo (inicialmente, con harina y zanahoria), para desarrollar las habilidades de manejo y la aplicación de técnicas de corte.

3. Técnicas de preparaciones base (frutas y verduras)

Taller # 4,5 y 6 cocina (II trimestre)

❖ Base teórica:

- ❖ Revise el capítulo *Verduras* (pp 40-141), profundice en cortes básicos (pluma, dentado, acanalado, rondel, parisina, eclase, sesgo, *chifonade*, arreglo de plátano y yuca). Realice prácticas preliminares de los tipos de corte utilizando plastilina y el *Anexo 5_ Tabla de Cortes*. Así mismo, revise del libro *La cocina de referencia tomo 2* el capítulo “*Entremeses fríos*” (73-90). Amplíe el tema sobre empaque al vacío, etiquetado y conservación que se aborda en la competencia básica “control y verificación de materias primas”.

Consultar del libro *La cocina de referencia tomo 1* (pp. 11- 12). Amplíe el tema sobre verduras.

Consultar del libro *La cocina de referencia tomo 1* (pp. 142- 153). Amplíe el tema sobre frutas.

- ✓ Socialice el capítulo “Cocciones” del tomo 1, profundice en las técnicas de: blanquear (p. 376-377), cocer a vacío (pp. 392-393), cocción a la inglesa en papas (pp. 372-373), amplíe sobre esta técnica de cocción a partir de otras bibliografías.
- ✓ 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

1. Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
2. Efectué los cortes establecidos para cada vegetal con la orientación del instructor. Tenga en cuenta el [Anexo 5_ Tabla de cortes](#).

4. Mariscos y Pescados



Taller # 7, 8 cocina (II trimestre)

❖ 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.
- ✓ 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.
- ✓ Con base en la lectura identifique los tipos de pescados, clasificación por conservación, grasa, forma, hábitat, métodos de cocción (p. 360) (sin pardeamiento partiendo del frío; sin pardeamiento partiendo del calor; con pardeamiento, 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.

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 materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
2. Todas las brigadas elaboraran y dependiendo la instrucción del instructor se consumirán o reservaran (empacar al vacío, etiquetar y congelar) las materias primas (dependen de la disponibilidad regional):
 - ✓ Almeja negra en concha (arreglar).
 - ✓ Calamar morado sin arreglar (limpiar, apanar, freír).
 - ✓ Camaron tigre crudo (blanquear en caldo corto).
 - ✓ Langosta cruda (blanquear, lavar, retirar caparazón, desvenar, pochar).
 - ✓ Calamar tubo (anillos y blanquear).
 - ✓ Mejillón negro (media concha y degustar jugo al natural).
 - ✓ Pulpo entero (asustar, hervir, corte de cabeza en dados medios, corte de tentáculos, degustar y guardar).
 - ✓ Gambas (lavar, blanquear, empacar al vacío).
 - ✓ Vieiras (limpiar, hermosear, guardar al vacío).
3. Diligencie el formato de [Panel sensorial Anexo 7](#).
4. Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.
5. Ejecute la recepción trucha, bagre, sierra, mojarra, lenguado, corvina, y salmón (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación). Tenga en cuenta que las materias primas dependen de la disponibilidad regional.
6. Filetee trucha, lenguado, la corvina, y el salmón.
7. Guarde todas las espinas resultantes del corte del lenguado y la corvina.
8. Elabore un caldo corto (p. 337).



9. Realice la cocción pochado que se encuentra en el capítulo de cocciones (pp. 363-365).
10. Diligencia el formato de *Panel sensorial Anexo 7*.
11. Realice una *Clasificación de pescados Anexo 8*, de acuerdo a: habitad, forma, tipo de grasa.

5. Carnes

Taller # 9 cocina (II trimestre)

❖ Base teórica:

Tanto en el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 206-232) y tomo 2 (pp. 201-258) 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*.

- ✓ Visite el link:
<http://www.ciavideos.com/videos/search/eyJyZXN1bHRfcGFnZSI6InZpZGVvc1wvc2VhcmNolia2V5d29yZHMlOiJiZWVmln0>, de la The Culinary Institut of America (CIA) y revise los videos relacionados con carnes.

Así mismo, amplíe 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 5 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. Asimismo, cada grupo debe subir sus resultados 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 vacio 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 de 160 gr albardadas
 - ✓ (Lomo fino-chateaubriand): porciones de 250 gr
 - ✓ (Lomo fino baby): porciones de 250 grs.
 - ✓ (corte stragonoff y tournedos): porciones de 100 grs.

6. Carnes-Cocciones

Taller # 10 cocina (II trimestre)

❖ Base teórica:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 359-479) se contextualiza las cocciones. Profundice en “braseado” (pp. 468-479) “asado” (pp. 420-431), vacío (pp. 392-393) haciéndolo más agradable al paladar (palatales), como sus diferentes aplicaciones.

- ✓ 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 ejecutaran los cortes y método de cocción a cada corte.
 - ✓ Cada brigada realizara el siguiente Porcionamiento, preparación, empacar al vacio y rotular de acuerdo a las especificaciones técnicas: (Murillo o lagarto): dados de 3 x 3 estofado.
 - ✓ (Punta de anca): medallones de 150 grs asados.
 - ✓ (Costilla de res): cocción de 150 grs con empaque al vacío y/o vapor a presión.
 - ✓ (Muchacho relleno de vegetales cocción al vapor).

7. Vísceras

Taller # 11 cocina (II trimestre)

❖ Base teórica:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1, en las pp. 232 – 235 se contextualiza sobre “menudencias y vísceras”.

Las vísceras de los bovinos y otros animales de granja juegan un papel muy importante en la cocina, por las diferentes aplicaciones y usos que se les da en cada región o país; lo que hace necesario conocer los antecedentes históricos del tema (división, clases, usos y aplicaciones).

- ✓ 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 y dependiendo la instrucción del instructor, se consumirán o reservaran (empacar al vacío, etiquetar y congelar) las materias primas (dependen de la disponibilidad regional):

1. Ejecute la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
 2. Todas las brigadas elaborarán (las materias primas dependen de la disponibilidad regional):
 - ✓ Blanquear (callo, chunchullo, librillo, lengua).
 - ✓ Cortar (callo, chunchullo, librillo, corazón, hígado).
 - ✓ Preparar (corazón, hígado).
 3. Pele y corte la lengua para estofar.
8. Empaque todo al vacío. **Ternera**

Taller # 12 cocina (II trimestre)

❖ Base teórica:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1, en las pp. 225 – 226 se contextualiza sobre “Carne de ternera”.

Los productos cárnicos pueden variar sus propiedades organolépticas, dependiendo de factores intrínsecos así como extrínsecos; al hablar de los intrínsecos nos referimos a los propios del animal como sexo, edad, especie y la misma raza; por ejemplo, no tiene el mismo color un corte de ganado porcino (cerdo) que un corte de ganado bovino (res), así como el color rosado de la carne de una ternera con el color rojo intenso de un toro.

- ✓ 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 y dependiendo la instrucción del instructor, se consumirán o reservaran (empacar al vacío, etiquetar y congelar) las materias primas (dependen de la disponibilidad regional):

4. Ejecute la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
 5. Todas las brigadas elaborarán (las materias primas dependen de la disponibilidad regional):
- ✓ Mantener cadena de frío " manejando temperaturas de 4 grados centígrados ", con manejo de refrigeradores en los talleres de formación, Toda la materia prima de higienizara, se harán los cortes respectivos, empacara al vacío por producto, se rotulara con nombre del producto, número de ficha, cantidad entregada, nombre del instructor y fecha de empaque, para entregar en economato.
- Tener en cuenta se debe hacer choque térmico con los productos q tienen cocción antes del empaque.

9. Carnes -pollo y conejo

Taller # 13 cocina (II trimestre)

❖ 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 porcinamiento 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

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 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 perril deshuesado.
 - ✓ Corte de conejo: cuartos.
 - ✓ Asado.
 - ✓ Estofado.
 - ✓ Panel sensorial (Anexo 7).

Cocinar o guardar al vacío según la regional para futura preparaciones.

10. Carnes cerdo

Taller # 14 cocina (II trimestre)

❖ 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://asociados.porkcolombia.co/porcicultores/images/porcicultores/home/actividades/guia-tecnica-carne-cerdo.pdf>

- ✓ 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. Usar la técnica carré y sacar chuletas.
5. Realizar corte medallones de 150 grs con el lomo de cerdo.
6. Realizar corte baby de 200 grs con el lomo de cerdo.
7. Cocinar o guardar al vacío según la regional para futura preparaciones.



11. Taller 15 métodos de cocción húmedos

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 188- 194, 360 - 397).

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. Conforme grupos de cinco aprendices.
 - ✓ Calcule el porcentaje con los referentes de las salsas tiendo como referente el anexo 9 (Receta estándar de producción).
 - ✓ aplicación de métodos de cocción: húmedos (hervir, vapor, pochar, blanquear) mixto (estofar)

12. Taller 16 métodos de cocción secos

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 200-201, 398 – 439, 450-457)

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:

3. Ejecute la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
4. Conforme grupos de cinco aprendices.
 - ✓ Calcule el porcentaje con los referentes de las salsas tiendo como referente el anexo 9 (Receta estándar de producción).

Aplicación de métodos de cocción: secos (gratinar, brasear, freír, parrilla, asar, saltear, hornear)

13. Fondos de cocina

Taller # 17 cocina (II trimestre)

❖ Base teórica:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 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.

- ✓ 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.

14. Salsas oscuras y derivadas

Taller # 18 cocina (II trimestre)

❖ Base teórica:

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.

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. Conforme grupos de cinco aprendices.
 - ✓ Calcule el porcentaje con los referentes de las salsas teniendo como referente el anexo 9 (Receta estándar de producción).
 - ✓ Realice dos salsas oscuras (demi glace 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.

15. EVIDENCIA DE DESEMPEÑO Y PRODUCTO

Taller 22 canasta sorpresa

Todo aprendizaje debe ser verificado.

- ✓ Desarrolle una preparación en la que demuestre la apropiación de los conocimientos adquiridos. Para ello, el instructor le hará entrega de una canasta sorpresa que incluye las materias primas con las que deberá efectuar la evidencia.

TALLERES REPOSTERIA

1. Manejo de azúcar y frutas

Taller # 1 repostería (II trimestre)

❖ Base teórica:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 570-585) se contextualiza sobre *jarabes y azúcares cocidas*, “coulis” (pp. 559-561). La importancia, preparación, usos y aplicaciones del azúcar y merengues, radica en la variedad de usos que se le dan en pastelería. Para ello debe leer la lectura recomendada.



Tenga en cuenta que la consistencia viscosa de los jarabes depende de su contenido de azúcar; si aumenta la temperatura, el agua se evapora, cambia el color y se forma el caramelo.

- ✓ 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 realizarán:
 - ✓ Merengues (francés, suizo, italiano) con formas (merenguitos, *pauloas*, discos, placas).
 - ✓ Jarabes, azúcares cocidos (almíbar, hebra fina, fuerte, perla).

2. Cremas y salsas base

Taller # 2 Repostería (II trimestre)

❖ Base teórica:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1, en las pp. 540-558 se contextualiza sobre *cremas base*. Profundice en “chantilly” (pp. 541-543), “inglesa” (pp. 544-546), “pastelera y derivadas (pp. 547-552), crema de mantequilla (pp. 553- 558)

La importancia de la preparación de cremas base (derivadas y modernas) radica en la variedad de usos y aplicaciones que se le da en pastelería.

- ✓ 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 elaborarán:
 - ✓ Chantilly.
 - ✓ Aromatizada.
 - ✓ Inglesa.
 - ✓ Pastelera.
 - ✓ Derivadas (*mouselina*, diplomática, *chiboust* o *sant honore*, ligeras).

3. Cada brigada realizará el montaje de postre al plato con base de bizcochuelo relleno de *mouselina*, *chiboust*, *diplomática*, decorado con *chantilly* aromatizado, sobre un espejo *salsa inglesa*.

3. Masas húmedas y secas

Taller # 3 repostería (II trimestre)

❖ Base teórica:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1, en las pp. 480-593 se contextualiza sobre *pastas base*. Profundice en “Genovesa” (pp. 514-520) y “Biscuit (pp. 521-522).



Tipología de las harinas, clases de harinas, tipos de grasas, Pasta brisee, pasta quebrada, pasta sablee.

- ✓ 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. Organícese por brigadas para realizar los productos:
 - ✓ Quiche
 - ✓ Tartaletas de frutas
 - ✓ Pie maracuyá

4. Pastas base-hojaldrada

Taller # 4 - 5 repostería (II trimestre)

❖ Bases teóricas:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1, en las pp. 494-504 se contextualiza sobre *pastas bases y crema pastelera*. Profundice en crema pastelera (pp. 547-552).

El hojaldre juega un papel muy importante en la repostería y en la cocina caliente, por su diversidad de usos. En su elaboración se deben tener en cuenta los pasos obligatorios (amasado, empaste, laminado). Igualmente, se deberán tener en cuenta las sesiones presenciales sobre tipos de hojaldre (rápido, básico, invertido), tenga en cuenta que solo se elaborarán hojaldres básicos (pp. 494-495).

- ✓ 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 materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
2. Todas las brigadas elaboraran:
 - ✓ Pasta base.
 - ✓ Vol Au vant (crema pastelera y fresa).
 - ✓ Mil hojas (crema pastelera y arequipe).
 - ✓ Palitos de queso.
 - ✓ Palmeras
 - ✓ Pastel de pollo (pañuelo).
 - ✓ Corazones y/o palmeras.
 - ✓ Crema pastelera (pp. 547-549).
 - ✓ Corazones
 - ✓ Strudel
 - ✓ Vol Au vant



5. Batidos esponjosos horneados y livianos

Taller # 6 repostería (II trimestre)

❖ Base teórica:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 514-522) se contextualiza sobre *Batidos esponjosos, batidos de Biscuit y Genovesa*. Los postres esponjosos vienen desde la antigüedad (llamados así por su textura) es el cierre de oro en cualquier menú.

- ✓ 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.
- ✓ Maquinas batidoras, velocidades y técnica de batidos , mezclado para Bizcochuelo, genovesa, cake

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. Realice un panel de degustación por grupos de trabajo (cinco aprendices) donde se deberán evidenciar:
 - ✓ Rollos impresos rellenos
 - ✓ Tronco de chocolate
 - ✓ Tres leches
 - ✓ Rollos suizos

6. Postres fríos –bavaroise

Taller # 7 repostería (II trimestre)

❖ Base teórica:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 544-546) se contextualiza sobre *la base (Crema Inglesa)*. El postre frío o húmedo (llamados así por su textura) es el cierre de oro en cualquier menú.

- ✓ 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:

3. Ejecute la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
4. Realice un panel de degustación por grupos de trabajo (cinco aprendices) donde se deberán evidenciar:
 - ✓ Postres fríos, bavaroise a base de huevo y frutas.
 - ✓ Crema con caramelo.
 - ✓ Creme brûlée.
 - ✓ Flan dulce y cremas espesas.



7. Pasta *Choux*, o masa bomba

Taller # 8 repostería (II trimestre)

❖ Base teórica:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1, Profundice en “choux o masa bomba” (pp. 505-510), Tomo II (pp.374-377).

Las pastas base se trabajan con ingredientes primarios (huevo, harina, agua, sal, azúcar y grasa), los cuales junto con la temperatura del horno juegan un papel importante en su elaboración, lo que hace necesario conocer sus usos y aplicaciones en repostería y cocina caliente.

- ✓ 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 elaborarán:
 - ✓ *Éclairs* (pastelera, decorado de azúcar pulverizada).
 - ✓ Profiteroles (pastelera, azúcar pulverizada).
 - ✓ Rellenos (crema pastelera (pp. 547-549)).
 - ✓ Repollitas (pastelera y azúcar pulverizada).

16. Macarrones

Taller #9 repostería (II trimestre)

❖ Base teórica:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 570 - 577), tomo 2 (pp. 422) se contextualiza sobre *merengues*. El postre caliente (llamados así por su textura) es el cierre de oro en cualquier menú.

- ✓ 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:

5. Ejecute la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
6. Realice un panel de degustación por grupos de trabajo (cinco aprendices) donde se deberán evidenciar:
 - ✓ Macarrones de diferentes colores con rellenos texturizados y cremas a base de frutas

8. Confitería

Taller #10 repostería (II trimestre)

❖ Base teórica:



En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 562-585) se contextualiza sobre *jarabes y azucares cocidas*. El postre frío o húmedo (llamados así por su textura) es el cierre de oro en cualquier menú.

- ✓ 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:

7. Ejecute la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
8. Realice un panel de degustación por grupos de trabajo (cinco aprendices) donde se deberán evidenciar:
 - ✓ GOMAS AZUCARADAS
 - ✓ NUBES DE AZUCAR (marshmallow)
 - ✓ PALETAS DE AZUCAR O LOLIPOP

9. Pasta Cigarrillo

Taller #11 repostería (II trimestre)

❖ Base teórica:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 (pp. 586-590) , tomo 2 (pp. 419,423) se contextualiza sobre *postres montados*.

- ✓ 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. Realice un panel de degustación por grupos de trabajo (cinco aprendices) donde se deberán evidenciar:
 - ✓ Cigarrillos
 - ✓ Canastillas
 - ✓ Base para Bizcocho impreso
 - ✓ Tejas de almendra
 - ✓ Tulipanes

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Tome como referencia la técnica y los instrumentos de evaluación citados en la guía de desarrollo curricular.

Competencia: Manipulación de Alimentos.



Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación	Técnicas e instrumentos de evaluación
Evidencias de conocimiento de	Identifica los mecanismos de contaminación de los alimentos de acuerdo a factores y fuentes.	Cuestionario
Evidencias de desempeño	Identifica los mecanismos de contaminación de los alimentos de acuerdo a factores y fuentes.	Lista de Chequeo
Evidencias de producto	Define puntos críticos a controlar en el servicio de alimentos y bebidas según fuentes y factores de contaminación. Relaciona sintomatología de enfermedades con riesgos de contaminación en los alimentos. Clasifica residuos de acuerdo con programa de saneamiento Dispone residuos de acuerdo con programa de saneamiento y normatividad.	Lista de Chequeo

Competencia: Control de manejo de materias primas.

Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación	Técnicas e instrumentos de evaluación
Evidencias de conocimiento de 1.	Contribuir a la preservación y mejoramiento del medio ambiente haciendo uso adecuado de los recursos naturales y los creados por el hombre."	Cuestionario
Evidencias de desempeño 1.	Consolidar un equipo de trabajo, aportando conocimientos, ideas y experiencias en pro del logro de los objetivos propuestos.	Lista de cheque
Evidencias de producto 1.		Lista de chequeo

Competencia: Preparación de Alimentos (Cocina)

Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación	Técnicas e instrumentos de evaluación
Evidencias de conocimiento de		Cuestionario



1.	Aplicar procesos técnicos de cocción de acuerdo con la receta estándar.	
Evidencias de desempeño	Elaborar preparaciones de base de acuerdo con la receta estándar del establecimiento.	Lista de chequeo
1.		
Evidencias de producto	Preparar platos calientes y fríos cumpliendo las recetas estándar y/o los requerimientos del cliente. Ensamblar las preparaciones de acuerdo con los parámetros de presentación dados por el establecimiento. Identificar las principales características y técnicas de cocina, de las principales culturas gastronómicas mundiales. Identificar las principales características y técnicas de cocina, de las principales culturas gastronómicas colombianas. Identificar las principales características y técnicas de cocina, de la Región en que se imparte formación.	Lista de chequeo
1.		

Competencia: Preparación de Alimentos (Repostería)

Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación	Técnicas e instrumentos de evaluación
Evidencias de conocimiento	Aplicar procesos técnicos de cocción de acuerdo con la receta estándar.	Cuestionario
1.	Elaborar preparaciones de base de acuerdo con la receta estándar del establecimiento.	
Evidencias de desempeño	Manipular alimentos de acuerdo con la normatividad vigente.	Lista de chequeo
1.		
Evidencias de producto	Determinar las cantidades necesarias para la producción de acuerdo a las recetas estándar y ordenes de producción.	Lista de chequeo
1.		



RECURSOS PARA EL APRENDIZAJE

Ambiente(s) requerido: (Ambientes de formación dotados con los mínimos planteados en la norma NTC 4595 de 1999).

- ✓ Ambientes de aprendizaje.
- ✓ Biblioteca.
- ✓ Ambiente de navegación.

Material(es) requerido:

- ✓ Material interactivo: equipo de cómputo, proyector, internet, extensión, toma corriente.
- ✓ Software: editores de texto, Office, Adobe.
- ✓ Papelería: cartulina, marcador borrable y no borrable, resmas de papel (carta y oficio), papel de colores, papel periódico, impresiones.
- ✓ Materias de apoyo: bases de datos, bibliografía.

PREPARAR ALIMENTOS

- Asociación colombiana de porcicultores (ASOPORCICULTORES). (2014). Manual de cortes de cerdo colombiano. Bogotá: Cenoporcino.
- 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](http://www.slideshare.net/rlnobre/cortes-de-carnes). 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. Bogotá: 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](https://www.slideshare.net/jsebasmd/cortes-14417359). 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/eyJyZXN1bHRfcGFnZSI6InZpZGVvc1wvc2VhcmNoliwia2V5d29yZHMlOiJiZWVmln0>

5. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	Martha Isabel Rincón Báez.	Instructor Asesor metodológico de diseño y desarrollo curricular.	Centro Nacional de Hotelería Turismo y Alimentos- Regional Distrito capital.	Agosto de 2017.
	Ronald Fernando Quintana Arias.	Instructor ciencias.	Centro Nacional de Hotelería Turismo y Alimentos- Regional Distrito Capital.	Agosto de 2017.
	Pedro Alberto Morales Aponte.	Instructor cocina.	Centro Nacional de Hotelería Turismo y Alimentos- Regional Distrito Capital.	Agosto de 2017.
	Jaime Alberto Franco Osorio.	Instructor cocina.	Centro de Comercio y Servicios- Regional caldas.	Agosto de 2017.
	Juan Pablo Fernández Sarmiento.	Instructor cocina.	Centro Nacional de Hotelería Turismo y Alimentos- Regional Distrito Capital.	Agosto de 2017.
	Martha Leonor Mora Delgado.	Instructor cocina.	Centro de la Industria la Empresa y los Servicios - Regional Norte de Santander.	Agosto de 2017.
	Miguel Mortigo	Instructor Bilingüismo	Centro Nacional de Hotelería Turismo y Alimentos- Regional Distrito Capital.	Agosto de 2017
	Edgar Javier Grosso Cortes	Instructor de cultura física	Centro Nacional de Hotelería Turismo y Alimentos- Regional Distrito Capital.	Septiembre de 2017
	Paola Andrea Hernández	Instructor Ética	Centro Nacional de Hotelería Turismo y Alimentos- Regional Distrito Capital.	Octubre de 2018
	Patricia Leuro	Instructor Manipulación y Alimentos	Centro Nacional de Hotelería Turismo y Alimentos- Regional Distrito Capital.	Octubre de 2018



1. Control de cambios (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del cambio
Autor (es)	Elsa patricia ramos aguirre	INSTRUCTOR	Centro comercio y servicios regional cauca	Septiembre 2024	DISEÑO CURRICULAR

ANEXOS

Firma Aprendiz: _____ Identificación: _____

Programa de Formación: _____ Ficha No: _____

Fecha Diligenciamiento: _____



	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)	EDY MAYERLY GONZALEZ C.	INSTRUCTOR.	Alimentos y Bebidas.	28 DE SEPTIEMBRE	AJUSTES DISEÑO CURRICULAR





PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

2. Denominación del Programa de Formación: **Técnico de cocina.**
3. Código del Programa de Formación: **635503.**
4. Nombre del Proyecto : **Aplicación de técnicas y procedimientos de cocina en establecimientos gastronómicos**
5. Fase del Proyecto : **EJECUCION**

6. Actividad de Proyecto: Producir alimentos de cocina nacional e internacional. (Aplicar procedimientos técnicos para la producción de alimentos).

7. Competencia:

Preparar Alimentos De Acuerdo Con La Orden De Producción Y Procedimiento Técnico.

Resultados de Aprendizaje: Elaborar productos de cocina de acuerdo con técnica receta estándar, orden de producción y normatividad sanitaria.

Presentar preparaciones según técnicas, criterios de calidad y tendencias de innovación.

Realizar preparaciones de base de panadería y repostería según técnicas, orden producción y normatividad sanitaria

Duración de la Guía de Aprendizaje (horas): 192 HORAS

2. PRESENTACIÓN

- Motivar hacia la actividad de aprendizaje en consideración a las fortalezas que aportará en el desarrollo de habilidades y destrezas.
- Guiar y organizar el aprendizaje de manera que se oriente al desarrollo integral del aprendiz
- Motivar a la acción, al trabajo autónomo sistemático y organizado.
- Relacionar conocimientos previos con los nuevos para la construcción significativa de los mismos.
- Promover el aprendizaje colaborativo y el crecimiento integral del grupo.



3. ACTIVIDAD DE REFLEXIÓN INICIAL

En la gastronomía nacional e internacional existen gran cantidad de productos , platos, técnicas y sabores, muchos de estos son se han posesionado, otros han adoptado transformaciones para aptarse a la culturas de los países como cocineros debemos enriquecer nuestra memoria de sabores (conceptos gustativos según Herve This) y mantenernos en esta búsqueda constante.

En grupos de 4 aprendices, adoptar una región nacional y del mundo, Europa (Italia, España. Francia), oriental (Japón, china, Tailandia) América (México, Perú) será asignada por el instructor, a la cual se indagara en su gastronomía , realizando un listado de los principales ingredientes, técnicas utilizadas, métodos de cocción y platos representativos asociándolos en el tabla 1.

Con dicha información realizar paralelo entre nuestra cocina y las cocinas del mundo, socialícelo con sus compañeros, concluya y súbalo al LMS

Tabla 1: Cuadro sugerido equipo ejecutor

	Gastronomía del Mundo	Gastronomía Nacional
Región de origen		
Platos Representativos		
Ingredientes		
Técnicas utilizadas en la preparación		
Métodos de cocción		
Platos representativos		
Presentación		

Ambiente: aula convencional

Materiales: papel bond tamaño pliego, marcadores.

ACTIVIDAD DE CONTEXTUALIZACIÓN E IDENTIFICACIÓN

De acuerdo con las culturas gastronómicas identificadas en el cuadro 1, complementando las principales características de las cocinas de cada región, su cultura, cocineros más representativos, actividades gastronómicas como ferias eventos.

Con su grupo de trabajo socialice a sus compañeros de manera creativa y clara.

De ser posible (recursos tecnológicos y conexión) se recomienda la plataforma educativa

<https://es.educaplay.com/es/recursoseducativos>, donde podra diseñar sopa de letras, juego concéntrese, etc)

mbiente: aula convencional

Materiales: 1 computador para cada grupo, conexión a internet,

ACTIVIDADES DE APROPIACIÓN Y TRANSFERENCIA DE CONOCIMIENTO



Actividad de reconocimiento

Los cereales son de vital importancia en la alimentación de la humanidad, nos apoyaremos en la biblioteca virtual del Sena, en base de datos ir digitaliza hispánica, al margen derecho abrir el link de artes culinarias *Gil Martínez Alfredo*. En visor de pdf ubicar Procesos de reelaboración y conservación en cocina en el capítulo 8 cereales y productos a partir de los cereales PP 106 – 116) tomando como referencia el ejemplo (cuadro 2) completar la información y realiza una reseña de 5 cereales que serán asignados por el instructor:

Cereal:	Maíz
Breve historia del maíz en la humanidad.	
Aporte nutricional x 100 grs de maíz cocido	Calorías: 265 Hidratos de carbono: 66 grs Grasa: 25 grs,
Principales usos gastronómicos	Bebidas alcohólicas: chichas, masatos: fermentación de azúcares del maíz en los pueblos de Mesoamérica Tamales: por medio de la hidratación del maíz, su cocción lenta, y su molienda, se logra una pasta, Polenta, sopas, postres, etc.

Cuadro (2) sugerido por el equipo de diseño

Actividad de composición de ensaladas y vinagretas:

En la biblioteca virtual del Sena, en base de datos ir digitalia hispánica, al margen derecho abrir el link de artes culinarias ubicar el libro *Procesos de elaboración culinaria. Libro del alumno. Gil Martínez Alfredo*. En visor de pdf en capítulo 10 ensaladas en las páginas en las páginas 152 -159.

Tomando como base el cuadro referencia de alimentos que se encuentra a continuación, sugiera una ensalada compuesta y otra mixta, marcando con un color los alimentos seleccionados, a su vez proponga una vinagreta y un aderezo para cada ensalada, sugiriendo un nombre.

MEDIO ACIDO	MEDIO GRASO	SABOR	HORTALIZA	VEGETAL	FRUTA	PROTEINA	MEDIO CROCANTE
Vinagre de manzana	Aceite de oliva	Miel de abejas	Lechuga rugula	zanahoria	fresas	huevo	crotones de ajo
Vinagre de vino	Crema de leche	Azúcar morena	Lechuga Batavia	pimentón	duraznos	Queso holandés	tocineta frita
Vino blanco	Yogurt sin azúcar	Miel de maple	Lechuga romana	apio	uvas	Queso cuajada	pan francés



Jugo de limón	Queso crema	panela	Repollo verde	Maíz tierno	pasas	Queso parmesano	crocantes de arroz
Mostaza americana	mayonesa	sal	espinacas	frijol	kiwi	jamón	crocantes de parmesano
Jugo de naranja	Salsa rosada	pimienta negra	Repollo morado	rábano	arándanos	Pechuga de pollo	almendras
maracuyá	salsa ranch	albahaca		cebolla cabezona	piña en almibar	camarones	
vinagre balsámico	aceite de girasol	perejil		papa		calamares	
		cilantro		arveja		atún	
		ajo		tomate		salchicha	
				habichuela		trigo	
				aceituna		champiñón	
				pepino			
				papa			

Actividad de reconocimiento de Quesos y Embutidos

En la biblioteca virtual del Sena, en base de datos ir digitalia hispánica, al margen derecho abrir el link de artes culinarias ubicar el libro *Procesos de elaboración culinaria. Libro del alumno. Gil Martínez Alfredo*. En visor de pdf en capítulo 11 la leche y productos lácteos en las páginas 133 - 141

Para los cocineros el origen y características de los quesos y embutidos nacionales e internacionales (5 nacionales y 5 internacionales). Se recomienda que

Ejemplo:

SALAMI: Origen (Italia): Módena, Nápoles, Bolonia, Milán. Embutido que se elabora con una mezcla de carne de cerdo y vacuno, ahumado y sazonado con ajo, pimientos y sales, secado al aire natural, curado de tres a seis meses. En cada región de Italia se elaboran con pequeñas diferencias, de tiempo de curado y % de grasa de cerdo y % de carne vacuna.

TALLERES COCINA

Arroces (Taller #1 cocina tercer trimestre)

Clasificación, orígenes, características organolépticas, preparaciones técnicas y usos.

Base teórica: En el libro *La cocina de referencia* tomo 1, en las pp. 378-382, se caracterizan los diferentes métodos de preparación de arroces, arroz criollo, arroz pilaf y arroz con leche. En *La cocina de referencia* tomo 2, en las pp. 328-329 y el anexo 2 “recetario cocina internacional”, se contextualizan las diferentes técnicas de preparación con recetas estandarizadas, para arroz pilaf, arroz natural y criollo, a la valenciana, arroz salvaje, risotto a la (milanesa, italiana).

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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Calcule el porcentaje de las recetas de arroces teniendo en cuenta el anexo 1 “receta estándar de producción”

Prepare arroz (florentino, cantones) empleando distintas técnicas (pilaf, criollo).

Prepare sushi, risotto al champiñón y paella.

Pastas (Taller #2 cocina tercer trimestre)

Clasificación, orígenes, características organolépticas, preparaciones técnicas y usos.

Bases teóricas: En el libro *La cocina de referencia* tomo 1, en las pp. 384-385, se caracteriza la cocción de pasta industrial para uso inmediato y uso posterior. En *La cocina de referencia* tomo 2, en las pp. 326-327 se contextualizan las diferentes técnicas de preparación con recetas estandarizadas, para pasta fresca. 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Todas las brigadas elaborarán: pasta fresca, y elaborarán una pasta de relleno (ravioli) y una pasta larga (espagueti). Elaborarán tres tipos de salsa para las pastas: carbonara, boloñesa, napolitana, y un relleno de queso y espinaca para los raviolis.

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Ensaladas y aderezos (Taller #3 cocina tercer trimestre)

Elaboración de vinagretas y aderezos. Clasificación de las ensaladas, simples, mixtas y compuestas. Características organolépticas, preparaciones técnicas.

Bases teóricas: En el libro *La cocina de referencia* tomo 2, en las pp. 73-89, capítulo de entremeses fríos, y en el anexo 2 “recetario cocina internacional”, encuentran una serie de ensaladas frías con sus respectivos aderezos y su modo de 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Calcule el porcentaje de las recetas de arroces teniendo en cuenta el anexo 1 “receta estándar de producción”

Todas las brigadas elaborarán ensaladas con sus respectivas salsas. Ensalada rusa, cuscus, Waldorf, humus, cesar, capresse, coleslaw.



Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Diseño y montaje de platos (Taller #4 cocina tercer trimestre)

Base teórica: Teoría del color en los alimentos: colorimetría aplicada a los alimentos.

Diseño y montaje de platos: ensamble y tendencias. En el libro Procesos de elaboración culinaria. Libro del alumno. Gil Martínez, Alfredo en las pp. 161- 169 (creatividad en los alimentos), encuentran una serie de conceptos para aplicar en el montaje y diseño de platos. 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:

Con el acompañamiento de su instructor, diseñe un plato que contenga una proteína animal, una o dos salsas, una guarnición calórica y una guarnición vegetal, teniendo en cuenta los parámetros de gramaje y de diseño estipulados en la lectura anterior

Con ayuda de plastilina, realice el montaje del plato diseñado, representándolo en un modelo a escala, para reconocer dimensiones, formas, manejo del color, movimiento, etc.

Diseño y montaje de platos 2 (Taller #5 cocina tercer trimestre)

Base teórica: De acuerdo con las instrucciones del instructor, y las preparaciones incluidas en el anexo 2 “recetario cocina internacional “el aprendiz realizará el montaje de un plato, con una proteína, una guarnición calórica, una guarnición de vegetales, 2 salsas, y un crocante, donde se aplique la teoría del color en los alimentos. 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Calcule el porcentaje de las recetas teniendo en cuenta el anexo 1 “receta estándar de producción”

Todas las brigadas elaborarán: salsa de pimentón ahumado, salsa pesto, Cordón de cerdo glaseado, vegetales grillé, puré de papa.

De acuerdo a la temática trabajada en el ejercicio #4, cada brigada, con orientación del instructor, debe hacer el montaje del plato con las características de diseño socializadas con el instructor.

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

6.Pasabocas internacionales: (Taller #6 cocina tercer trimestre):

Base teórica: Elaboración de pasabocas y snacks. Tendencias, decoración, tamaños, características organolépticas, preparaciones técnicas.

En el anexo 3 “pasabocas y snacks”, encontrarán conceptos y tendencias en el montaje de pasabocas a nivel nacional e internacional y su modo de 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Calcule el porcentaje de las recetas de arroces teniendo en cuenta el anexo 1 “receta estándar de producción”

Todas las brigadas elaborarán anillos de calamar a la romana, búfalo wings, huevos rellenos, kibbes, anillos de cebolla en salsa alioli.

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

7. Pasabocas colombianos: (Taller #7 cocina tercer trimestre):

Base teórica: En el libro el gran libro de la cocina colombiana del autor Carlos Ordoñez Encontrarán una serie de amasijos de todas las regiones del país, Identificando las regiones geográficas, y los diferentes métodos y técnicas de cocina para elaborar amasijos de maíz, de plátano, de yuca, etc. 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Calcule el porcentaje de las recetas de arroces teniendo en cuenta el anexo 1 “receta estándar de producción”

Todas las brigadas elaborarán 5 empanadas de maíz con papa y carne molida, 5 carimañolas de carne, 5 arepas de huevo, 5 plátanos aborrajados, y ají criollo.

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Tablas de quesos: (Taller #8 cocina tercer trimestre):

Base teórica: De acuerdo con la actividad 3 de actividades de apropiación y transferencia de conocimiento, reconozca los conceptos sobre elaboración de tablas de quesos, carnes frías, frutas, dips y acompañamientos. Decoración y diseño de las tablas. Origen y características organolépticas de los quesos. Quesos madurados, frescos, cremosos, y semi maduros. Charcutería: Clasificación: italiana, francesa, española, alemana.

Características organolépticas.

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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Calcule el porcentaje de la receta de tabla de quesos teniendo en cuenta el anexo 1 “receta estándar de producción”

Todas las brigadas elaborarán 1 tabla de quesos para 2 personas, compuestas por queso doble crema, queso holandés, queso gruyere, jamón de cerdo, cabano, salami, fresas, uvas, aceitunas, dip de queso crema, hierbas y pimentón. Realizando cortes en las carnes, en las frutas y en los quesos, con la dirección del instructor, deben llevar a la tabla, decorando de acuerdo a las tendencias investigadas.

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Cocina Francesa (Taller #9 cocina tercer trimestre):

Base teórica: De acuerdo con la actividad de contextualización e identificación realizada, y de acuerdo con la información encontrada en el anexo 2 “recetario cocina internacional, cada grupo debe tener claro las principales características de la cocina francesa, y las preparaciones más representativas de cada país. Para ello, el instructor complementará los conceptos gastronómicos, enfatizando en su cultura e influencias gastronómicas, historia, productos, preparaciones, y terminología.

El aprendiz debe unificar conceptos y planificar 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Calcule el porcentaje de las recetas de cocina francesa teniendo en cuenta el anexo 1 “receta estándar de producción”

Todas las brigadas elaborarán las siguientes preparaciones:

Entrada 1: quiche Lorain

Fuente 1: Coq au vin, pomme de terre au creme, vegetables glacis,

Fuente 2: Merluza beurre blanc, quenelle, crudités,

Postre 1: poires au vin.

se entregara la evidencia con la calidad y técnica demostrada por el instructor en tiempo de 2 horas.

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Cocina Francesa 2 (Taller #10cocina tercer trimestre):



Metodología del taller

Teniendo en cuenta los temas abordados en los talleres anteriores:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Todas las brigadas elaborarán las siguientes preparaciones:

Entrada 2: Ratatouille.

Fuente 3: Blanquet veau, papa risolet y verdura torneada,

Fuente 4: Magret de pato (o de pollo), ensalada de lechugas y crema de queso azul y almendras naranja con coulis de mora y balsámico.

Postre 2: Creps souzette con helado

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Cocina española: (Taller #11 cocina tercer trimestre)

Base teórica: De acuerdo a la actividad de contextualización e identificación realizada, cada grupo debe tener claro las principales características de la cocina española, y las preparaciones más representativas de cada país. Para ello, el instructor complementará los conceptos gastronómicos, enfatizando en su cultura e influencias gastronómicas, historia, productos, preparaciones, y terminología.

El aprendiz debe unificar conceptos y planificar 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Todas las brigadas elaborarán las siguientes preparaciones:

Entrada: chupito de gazpacho.

Fuente : croqueta española de jamón, pulpo a la gallega con papa navarra, fideua ,

Bebida: tinto de verano.

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Cocina italiana: (Taller #12cocina tercer trimestre):

Base teórica: De acuerdo a la actividad de contextualización e identificación realizada, cada grupo debe tener claro las principales características de la cocina italiana, y las preparaciones más representativas de cada país. Para ello, el instructor complementará los conceptos gastronómicos, enfatizando en su cultura e influencias gastronómicas, historia, productos, preparaciones, y terminología.

El aprendiz debe unificar conceptos y planificar 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Todas las brigadas elaborarán las siguientes preparaciones:

Entrada: focacia y pizza margarita,

Fuerte: Osobuco a la parmesana, berenjena a la parmesana

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Cocina China: (Taller #13 cocina tercer trimestre):

Base teórica: De acuerdo a la actividad de contextualización e identificación realizada, cada grupo debe tener claro las principales características de la cocina China, y las preparaciones más representativas de cada país. Para ello, el instructor complementará los conceptos gastronómicos, enfatizando en su cultura e influencias gastronómicas, historia, productos, preparaciones, y terminología.

El aprendiz debe unificar conceptos y planificar 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Todas las brigadas elaborarán las siguientes preparaciones:

Preparaciones:

Entrada: egg rolls,

Fuertes: Pad thai, Chop Suey, chow fan

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Cocina Mexicana: (Taller #14 cocina tercer trimestre):

Base teórica: De acuerdo a la actividad de contextualización e identificación realizada, cada grupo debe tener claro las principales características de la cocina mexicana, y las preparaciones más representativas de cada país. Para ello, el instructor complementará los conceptos gastronómicos, enfatizando en su cultura e influencias gastronómicas, historia, productos, preparaciones, y terminología.

El aprendiz debe unificar conceptos y planificar 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).



Todas las brigadas elaborarán las siguientes preparaciones:

Entrada: sopa mexicana

Fuerte: burritos de pollo y res, salsa roja, refrito, totopos, sour cream, pico de gallo, guacamole.

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Cocina Peruana: (Taller #15 cocina tercer trimestre):

Base teórica: De acuerdo con la actividad de contextualización e identificación realizada, cada grupo debe tener claro las principales características de la cocina peruana, y las preparaciones más representativas de cada país. Para ello, el instructor complementará los conceptos gastronómicos, enfatizando en su cultura e influencias gastronómicas, historia, productos, preparaciones, y terminología.

El aprendiz debe unificar conceptos y planificar 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Todas las brigadas elaborarán las siguientes preparaciones:

Entrada: chupe de camarón, causa de atún,

Fuertes: lomo saltado, ceviche peruano, leche de tigre

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Cocina Colombiana 1: (Taller #16 cocina tercer trimestre):

Base teórica: De acuerdo a la actividad de contextualización e identificación realizada en la guía 1 de cocina colombiana, cada grupo debe tener claro las principales características de la cocina colombiana y las preparaciones más representativas de cada Región. Para ello, el instructor complementará los conceptos gastronómicos, enfatizando en su cultura e influencias gastronómicas, historia, productos, preparaciones, y terminología.

El aprendiz debe unificar conceptos sobre cocina colombiana y planificar 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Todas las brigadas elaborarán las siguientes preparaciones:

Preparaciones



Sopas: ajiaco, cuchuco de trigo, sancocho pescado, mote

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Cocina Colombiana 2: (Taller #17 cocina tercer trimestre):

Metodología del taller

Teniendo en cuenta los temas abordados en los talleres anteriores:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Todas las brigadas elaborarán las siguientes preparaciones:

Platos fuertes: bagre monseñor, cocido boyacense, arroz atollado, posta Cartagenera

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Cocina Colombiana 3 (Regional libre) (Taller #18 cocina tercer trimestre):

Base teórica:

De acuerdo a la Actividades de apropiación y transferencia de conocimientos #3 y #4 sobre cocina colombiana, realizada en la guía de aprendizaje del segundo trimestre, complementar los conocimientos sobre cocina colombiana y cocinas regionales, consultando en el link

<http://www.mincultura.gov.co/areas/patrimonio/Paginas/bibliotecas-de-cocinas.aspx> El Gran libro de la Cocina colombiana del autor Carlos Ordoñez, de la *Biblioteca básica de Cocinas Tradicionales de Colombia*, y en el libro *Cocina y Paz* del autor Alejandro Cuellar, donde encontrarán las regiones gastronómicas de Colombia, y pueden enfatizar en la región de cada formación. Cada grupo debe tener claro las principales características de las cocinas de su región. Para ello, el instructor complementará los conceptos gastronómicos, enfatizando en su cultura e influencias gastronómicas, historia, productos, preparaciones, y terminología.

El aprendiz debe unificar conceptos sobre cocina de su región y planificar 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:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Todas las brigadas elaborarán las preparaciones que el instructor ha definido con anterioridad como las principales preparaciones de la cocina Regional de cada Centro.

Diligencie el formato de panel sensorial (anexo 4).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

Taller evaluación (taller #19 del tercer trimestre.)



Base teórica: De acuerdo a las instrucciones logísticas, generadas por el instructor, el aprendiz debe relacionar todos los conocimientos adquiridos en cocina a través del trimestre y poner en práctica, elaborando un menú sorpresa definido por el instructor.

Metodología del taller

Teniendo en cuenta los temas abordados en los talleres anteriores:

Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).

Cada aprendiz tendrá una zona de trabajo, dotada de baterías y utensilios, y tendrá un compañero de formación como apoyo único de procesos de lavado. El aprendiz evaluado tendrá un tiempo estipulado de 1 hora para realizar mise en place, cocinar y montar un plato designado por el instructor, con las características de calidad definidas en la lista de chequeo y en el tiempo estipulado.

El instructor aplicará la lista de chequeo (anexo 5).

Realice una retroalimentación de los resultados alcanzados, así como las causas que justifiquen estos resultados.

4. Actividades de evaluación

Tome como referencia la técnica y los instrumentos de evaluación citados en la guía de desarrollo curricular.

Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación	Técnicas e instrumentos de evaluación
Evidencias de conocimiento 1.		Cuestionario
Evidencias de desempeño 1.	.	Lista de chequeo
Evidencias de producto 1.		Lista de chequeo



LISTA DE CHEQUEO EVALUACIÓN SENSORIAL-OBJETIVA DE PRODUCTO, DESEMPEÑO Y PROCESOS				 Servicio Nacional de Aprendizaje		
EVALUACIÓN SENSORIAL SUBJETIVA DE PRODUCTO						
CRITERIO A EVALUAR	1	2	3	4	5	Observación
SABOR						
TEXTURA						
AROMA						
SABORES INDIVIDUALES						
EVALUACIÓN OBJETIVA DE PRODUCTO						
CRITERIO A EVALUAR	CUMPLE		NO CUMPLE			
ELEMENTOS CORRECTOS						
PRODUCTO QUEMADO/ESTROPEADO						
TAMAÑO DE LA PORCIÓN CORRECTA						
CALIDAD DE LA COMIDA PRODUCIDA						
EVALUACIÓN DE PROCESO Y DESEMPEÑO						
CRITERIO A EVALUAR	CUMPLE		NO CUMPLE			
HABILIDADES DEMOSTRADAS EN COCINA						
MISE EN PLACE PASIVO						
MISE EN PLACE ACTIVO						
DESTREZA EN MANEJO DE CUCHILLO						
ERGONOMÍA						
MANEJO DE EQUIPOS						
TÉCNICA DE ELABORACIÓN						



CAPACIDAD DE ORGANIZACIÓN			
PLANIFICACIÓN			
EFICIENCIA			
ORDEN LÓGICO DE PRODUCCIÓN			
DESPERDICIO			
USO DE MATERIAS PRIMAS			
ENTREGA A TIEMPO			
PLATOS LIMPIOS (NO HAY MANCHAS, NO HAY HUELLAS)			
<p>Se evaluará de uno (1) a cinco (5), donde:</p> <p>No cumple. Regular. Aceptable. Bueno. Excelente.</p> <p>NOTA: el análisis sensorial lo realizará el aprendiz con la materia prima o preparación. Tenga en cuenta que la evaluación objetiva y de desempeño lo realizará el instructor.</p>			



SENA SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE				FOTO		
RECETA ESTÁNDAR					RECETA No.	
NOMBRE DE LA PREPARACION:					PESO PORCIÓN	
METODO DE COCCION:	POR CALOR SECO (Concentración)	ASADO (horno, parrilla, plancha)		N° DE PORCIONES		
		GRATINADO				
		POR CALOR HUMEDO (Disolución, Expansión)	SALTEADO		TIEMPO DE PREPARACION	
			FREIDO			
	MIXTO		HERVIDO		CALORIAS	
			BLANQUEADO			
		MIXTO	AL VAPOR		TIPO DE PREPARACION	
			ESCALFADO			
	MIXTO		POCHADO		ENTRADA	
			MIXTO	GUISADO		FUERTE
		ESTOFADO			ACOMP AÑAMIENTO	
		BRASEADO			GARNITURA	



METODO DE PREPARACION:	OTRO			POSTRE	
INGREDIENTES	UNIDAD	CAN T	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL	
COSTO TOTAL DE LOS INGREDIENTES					
MARGEN DE ERROR O VARIACION ()%					
COSTO TOTAL DE LA PREPARACION					
COSTO DE UNA PORCION					
PORCENTAJE COSTO MATERIA PRIMA ESTABLECIDO POR GERENCIA (%)					
PRECIO POTENCIAL DE VENTA DE UNA PORCION					
Impuesto al Consumo GENERADO PARA CADA PORCION 8%					
PRECIO REAL DE VENTA DE UNA PORCION					
PRECIO PARA LA CARTA DE CADA PORCION (valor redondeado)					
PRECIO DE VENTA PARA REGISTRO EN LIBROS					
Impuesto al Consumo REAL GENERADO POR LA VENTA					
% REAL DE COSTO					
Mise en Place Utensilios, Menaje y Equipos (ANTES DEL PROCEDIMIENTO)					
Mise en Place Insumos y/o Materia Prima (ANTES PROCEDIMIENTO)					



Procedimientos



Versión: 01

Código:
GFPI-F-132

GESTIÓN DE LA FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

TALLER DE APRENDIZAJE

Denominación del programa o módulo de formación:

PREPARACIONES BÁSICAS DE LA COCINA

Actividad técnica de aprendizaje

Preparar bases de cocina teniendo en cuenta las técnicas, parámetros de producción y calidad.

Nombre del taller

Preparación Bases de cocina N° 1

N° 3

Objetivos de aprendizaje del taller:

Cognitivo**Procedimental****Actitudinal**

Descripción del taller:

144 horas

Preparación (Recursos y medios):

Presentaciones, Videos, Bibliografía, Navegador, Computador, Proyector, Video Beam, TV, Internet, Bases de Datos SENA

Tiempo de ejecución

144 Horas

Bibliografía y webgrafía:

Residuos de cocina: Concepto, tipos de residuos, características, disposición final, separación.**Preparaciones base:** conceptos, tipos y preparación.**Fondos:** concepto, tipos, criterios de uso, ingredientes base (bouquet garni, sachet, mirepoix, elementos para ligar), procedimiento técnico de preparación.

Marinadas: concepto, tipos, criterios de uso, preparación. 332 - 335 tomo 1

Salmueras: concepto, tipos, criterios de uso, preparación.

Rellenos: concepto, tipos, criterios de uso, preparación.

Pasta para crepes y para freír: concepto, tipos, criterios de uso, preparación.

Duxelles: concepto, tipos, criterios de uso, preparación.

Cremas, salsas base y derivadas Elementos para ligar (espesar) roux, beurre-manié, crema de leche, yogurt y queso crema, yemas de huevo, paté y crema, y otros) concepto, tipos, clasificación, criterios de uso, procedimiento técnico de preparación.

Mantequillas: conceptos, tipos y preparación.

Creamas, salsas base y derivadas: concepto, tipos, clasificación, criterios de uso, procedimiento técnico de preparación.

Mantequillas: conceptos, tipos y preparación.

Actividad 1: Reconocer cortes básicos de Frutas y Hortalizas según estándares internacionales.

1. Escucha al instructor de manera atenta en la contextualización que te brindara acerca de la importancia de las preparaciones base en la cocina.
2. Observa atentamente la demostración ejecutada por su instructor de acuerdo a cada preparación y en su brigada de cocina ejecute lo presentado por su instructor consultar previamente en la biblioteca SENA los libros *La cocina de referencia* tomo 1 y 2 y donde se detallan las estrategias de trabajo de cada una de las preparaciones según las indicaciones dadas por el instructor

Recuerde ejecutar siempre: la recepción de las materias primas (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación). todas las brigadas deberán realizar las siguientes preparaciones

PREPARACIONES BASE.

1. Fondos de cocina

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 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.

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

Metodología del trabajo:

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:
3. Fondos (claro, oscuro, fumet de pescado, consomé blanco simple o marmita)
4. Aplicar la formulación de receta estándar (obteniendo como resultado 500cc de cada uno.
5. Empacar etiquetar y guardar.

Entregable: Línea de Tiempo.

Ambiente Requerido: Ambiente tradicional (Polivalente)

Materiales: PC, Video beam o TV, hojas de papel, bolígrafos o lápices.

Tiempo: 8 horas

2. Cremas, salsas base y derivadas:

En el libro *La cocina de referencia* tomo 1 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.

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

1. Técnicas de preparaciones base (frutas y verduras)

Taller # 4,5 y 6 cocina

Base teórica:

❖ Revise el capítulo *Verduras* (pp 40-141), profundice en cortes básicos (pluma, dentado, acanalado, rondel, parisina, eclase, sesgo, *chifonade*, arreglo de plátano y yuca). Realice prácticas preliminares de los tipos de corte utilizando plastilina y el *Anexo 5_ Tabla de Cortes*. Así mismo, revise del libro *La cocina de referencia tomo 2* el capítulo “*Entremeses fríos*” (73-90). *Amplíe* el tema sobre empaque al vacío, etiquetado y conservación que se aborda en la competencia básica “control y verificación de materias primas”.

Consultar del libro *La cocina de referencia tomo 1* (pp. 11- 12). *Amplíe* el tema sobre *verduras*.

Consultar del libro *La cocina de referencia tomo 1* (pp. 142- 153). *Amplíe* el tema sobre *frutas*.

- ✓ Socialice el capítulo “*Cocciones*” del tomo 1, profundice en las técnicas de: blanquear (p. 376-377), cocer a vacío (pp. 392-393), cocción a la inglesa en papas (pp. 372-373), *amplíe* sobre esta técnica de cocción a partir de otras bibliografías.
- ✓ 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**

1. Ejecute la recepción de materia prima (control de calidad, características organolépticas, lavado, desinfección, adecuación).
2. Efectué los cortes establecidos para cada vegetal con la orientación del instructor. Tenga en cuenta el [Anexo 5_ Tabla de cortes](#).

Entregable: Línea de Tiempo.

Ambiente Requerido: Ambiente tradicional (Polivalente)

Materiales: PC, Video beam o TV, hojas de papel, bolígrafos o lápices.

Tiempo: 8 horas

Actividad 2: Reconocer los platos de la gastronomía internacional e identificar sus similitudes y diferencias más representativas en su cocina.

Entregable: Mapamundi, Mapa de Colombia y Cuadro comparativo.

Ambiente Requerido: Ambiente tradicional (Polivalente)

Materiales: PC, Video beam o TV, hojas de papel, bolígrafos o lápices.

Tiempo: 24 horas

Actividad 3: Reconocer las brigadas de cocina, sus integrantes y funciones principales, según el procedimiento del área de trabajo.

Entregable: Infografía.

Ambiente Requerido: Ambiente tradicional (Polivalente)

Materiales: PC, Video beam o TV, hojas de papel, bolígrafos o lápices.

Tiempo: 8 horas

Actividad 4: Reconocer los diferentes tipos de Servicios alimentarios comerciales y no comerciales teniendo en cuenta sus características más representativas.

Entregable: Cartilla Descriptiva.

Ambiente Requerido: Ambiente tradicional (Polivalente)

Materiales: PC, Video beam o TV, hojas de papel, bolígrafos o lápices.

Tiempo: 8 horas

DESARROLLO DEL TALLER

Control de documento:	
Nombre	Fecha
Juan Camilo Rodríguez Sandoval	
Julián Eduardo Gómez Benavides	
Martha Leonor Mora Delgado	
Robinson Damián Sanabria Marín	
Iveth	
Tania Charris Franco	

Grupo 1

CALDO CORTO COURT BULLON

1 Cebolleta
1 Puerro
1 Apio
1 Zanahoria
Tomillo
Laurel
Perejil
Cebollin
Una copa Vino blanco
3 Cabezas de pescado

SALTEADO (SHOP SUEY)

1/1/2 libras de pechuga de pollo
1 libras de germinado de soja
1/4 taza de salsa de soja
2 cucharadas de azúcar
1 diente de ajo
Un trozo pequeño de jengibre fresco
1 taza de caldo de pollo
3 cucharadas de vinagre de arroz
Un trozo de apio
1 zanahoria
1 pimienta verde
1 pimienta roja
4 cebolletas
Un trozo de brócoli
1 cucharada sopera de maicena o fécula
de maíz,
Sal
Una libra de pechuga
Especias

Grupo 2

Fondo oscuro

Ingredientes:

2-libras Hueso carnudo.
Buquet garni (cebolla puerro, tomillo,
orégano, apio).■

Preparación:

Ponemos a quemar un poco el hueso carnudo hasta que tome el color que queremos que tome el fondo después vamos a colocar a pitar el hueso con el buquet garni por máximo 2 horas cuando esté listo cernimos para que quede sin impurezas y después utilizamos y el resto se reserva en congelación.

BRASEADO

carne en trozo completo parecido a estofado pero este (bocado) se cubren las piezas de carne totalmente . cuando sellamos la carne para mejorar sabor y color hacemos un (Maillard color de la carne) aplicamos tecnica : calor seco y luego húmedo en el horno ,
Usamos mirepoix : zanahoria- cebolla y apio
agrego pasta de tomate caramelizo y deglaseo con vino tinto deajo que se evapore el alcohol, agrego fondo oscuro, luego la carne no puede quedar sumergido colocamos un sachet de especias (ajo, pimienta laurel tomillo) se lleva al horno a 150 °c

1 libra de carne de res entera
Mirepoix (zanahoria cebolla y apio)
2 cucharadas Pasta de tomate
1. copa Vino tinto
1 sachet de especias (ajo , pimienta laurel y tomillo)
sal
1 libra de papas
3 cucharadas de crema de leche
1 cucharada de mantequilla .

Grupo 3

Fondo blanco

Ingredientes:

Buquet garni (cebolla puerro, tomillo, orégano, apio).
Carcasas de pollo.

Preparación:

Blanqueamos la carcasa de pollo.
Poner a cocinar por máximo 2 horas las carcasas de pollo y buquet garni después se siente que no quede ninguna impureza y tendríamos listo el fondo para utilizar y el resto congelar.

GLASEADO

Alas de pollo

- Cebolla en polvo
- Ajo en polvo
- Pimienta en polvo
- Paprika en polvo
- Sal

Mezcla apañadora

Harina de trigo

- Maicena
- Paprika en polvo
- Ajo en polvo
- Pimienta en polvo
- Cebolla en polvo
- Sal
- Harina blanca, huevo con color y sal y finalizo con mezcla apanadora

Glaseado

Salsa de tomate

- Salsa de soya
- Azúcar morena
- Ajo en polvo
- Cebolla en polvo
- Pimienta molida
- Paprika
- Miel viscosidad y brillo
- Vinagre blanco

1. Fondo blanco

Ingredientes:

- Buquet garni (cebolla puerro, tomillo, orégano, apio).
- Carcasas de pollo.

Preparación:

1. Blanqueamos la carcasa de pollo.
2. Poner a cocinar por máximo 2 horas las carcasas de pollo y buquet garni después se siente que no quede ninguna impureza y tendríamos listo el fondo para utilizar y el resto congelar.

2. Fondo oscuro

Ingredientes:

- Hueso carnudo.
- Buquet garni (cebolla puerro, tomillo, orégano, apio).|

Preparación:

Ponemos a quemar un poco el hueso carnudo hasta que tome el color que queremos que tome el fondo después vamos a colocar a pitar el hueso con el buquet garni por máximo 2 horas cuando esté listo cernimos para que quede sin impurezas y después utilizamos y el resto se reserva en congelación.

Caldo corto

TALLER SOPAS BÁSICAS.

1. Consomé brunoise

Ingredientes:

- Cebolla puerro.
- Tomate.
- Apio.
- Huevos.
- Zanahoria.
- Carne picada.
- Fondo oscuro.

- Hierbas.

Preparación:

1. Se cortaron las verduras en brunoise.
2. La carne molida se agregó especias como sal, pimienta, ajo molido y comino.
3. Se puso a calentar el fondo oscuro y se realizó nieve con las yemas de huevo para limpiar el fondo.
4. Se escaldaron las zanahorias y el apio para agregarlos al fondo.
5. Con un cucharón se le quitó la nieve al fondo oscuro para ponerlo a hervir con todas las verduras y después de 5 minutos se le agrego la carne molida con más pimienta al consomé y se dejó hervir 45 minutos para poder servirlo.

2. Sopa de cebolla gratinada

Ingredientes:

- Cebolleta blanca.
- Tajadas de pan.
- Fondo claro.
- Brandi o ron.
- Sal.
- Pimienta.

Preparacion:

1. Descongelar el fondo en baño maria.
2. Despues ya picamos en rodajas gruesas las cebolletas ya lavadas.
3. luego se coloco una sarten con mantequilla y se agregaron los aros de cebolla para sofreir.
4. Dejamos que se doren bien los aros y agragmos 1 taza de ron para flamear.
5. Pasamos los 3 minutos de flameado.
6. Despues se le añadio el litro de fondo claro.
7. Se condimento con sal y pimienta y dejamos hervir unos 10 minutos.
8. Lo pasamos a un recipiente para hornear , y agregamos el queso parmesano
9. Calentamos el hornom a 200 grados.
10. Procedemos a añadir el recipiente con la mezcla y dejamos hornear por unos 20 minutos.
11. Pasados los 20 minutos sacamos del horno y apágamos el horno.
12. Procedemos a emplatar y a disfruta

3. Consomé aurora

Ingredientes:

- Cebolleta blanca.
- Tajadas de pan.
- Fondo oscuro.
- Vino blanco.
- Huevos.
- Ajo.
- Cebolla puerro.
- Tomate.
- Sal.
- Pimienta.
- Pechuga de pollo.

Preparación:

1. Picamos una cebolleta en cubos, un pimentón en brunoise, dos tomates en concasette, realizamos nuestro bouquet garni.
2. En una olla ponemos a hervir nuestra pechuga con un poco de sal, cuando ésta esté lista la bajamos y procedemos a desmecharla, y la reservamos.
3. En una olla agregamos un litro de fondo oscuro, añadimos la cebolla el pimentón tomate picado y el bouquet garni. Le agregamos azafrán, un punto de sal, y pimienta; se deja cocinar por 1 hora aproximadamente
4. Una vez esté lista es preparación, destapamos y vamos a colarlo con un colador de malla fina, vamos a macerar las verduras que están en él, para que suelten todo su sabor y así nos aseguramos de que el consomé quede limpio y con todo el sabor.
5. Ponemos nuevamente el consomé previamente cernido al fuego, en la misma olla vamos a agregarle la pechuga desmechada, rectificamos la sal y dejamos hervir un poco más.
6. Una vez se esté listo vamos a ponchar nuestros huevos en el consomé, tapamos por minuto y medio y bajamos a servir.
7. Procedemos a emplatar y a poner las rodajas de pan que se han partido en cuadritos y se han tostado sobre nuestro consomé

4. Consomé Celestine

.

Ingredientes:

- Mantequilla.
- Sal.
- Dientes de ajo.
- Perejil.
- Agua.

- Pimienta.
- Fondo claro
- Huevos

Preparación:

1. descongelar el fondo en baño maría.
2. después ya picamos en las verduras.
3. luego se coloca en una olla para cocinar las verduras.
4. dejamos que se cocine bien las verduras por 10 minutos o menos.
5. pasamos lo a una olla todo junto para que tenga la misma cocción.
6. después se le añadió el litro de fondo claro.
7. se condimento con sal y pimienta y dejamos hervir unos 10 minutos.
8. lo pasamos a un recipiente para dejar reposar.
9. Y ya por último pasamos a servir todo y a disfrutar de esta rica sopa.

TALLER SALSAS BÁSICAS

1. Salsa española (salsa madre)

- Ingredientes:
- 50. Gramos mantequilla.
- 50 gramos harina de trigo.
- Roux. Oscuro.
- Fondo oscuro 1 litro.
- Especias al gusto (sal, pimienta, ajo en polvo).
- Vino oscuro.
- Aceite.
- Ajo (opcional).

Preparación:

- Primero realizamos una roux oscura.
- Después de que esté bien cocinada la harina y tenga un color un poco oscuro agregamos el fondo oscuro.
- Integramos lentamente para que las bolitas de la roux se deshagan de manera homogénea.
- Luego agregamos vino, salsa de tomate, sal pimienta y como opcional 1 ajo.
- Cocinamos bien y servimos.

2. Salsa al vino

(Derivada española)

Ingredientes:

- Vino tinto.
- 1 cebolla picada.
- Salsa española.
- Sal y pimienta al gusto.
- Salsa de tomate.

Preparación:

1. Cuando ya tengamos nuestra salsa española lista agregamos la cebolleta picada.
2. Ponemos a hervir a fuego lento por unos minutos para agregar el vino tinto y la salsa de tomate a tu gusto.
3. Agregamos sal y pimienta al gusto y puede agregar una carne de tu preferencia y disfrutar.

3. Salsa Bordeleisa

(Derivada española)

Ingredientes:

- Salsa española.
- vino tinto seco.
- caldo de carne o pollo.
- Chalotas.
- 2 cucharadas de mantequilla.
- cucharadita de pimienta negra.
- 1 cucharadita de orégano seco.
- Sal al gusto.

Preparación:

1. Agrega el vino tinto, mantequilla, caldo de carne o pollo, pimienta negra, orégano seco y sal a la salsa española ya preparada.
2. Revuelve bien para combinar todos los ingredientes.
3. Deja cocinar a fuego lento durante 5-10 minutos, o hasta que la salsa alcance la consistencia y sabor deseados.
4. Ajusta la sazón según sea necesario.

4. Salsa diablo

(Derivada española)

Ingredientes:

- Salsa española.
- chiles secos (chiles de árbol, guajillos o chipotles).
- Tomates.
- Ajos.
- Cebolla.
- Jugo de limón o vinagre.

Preparación:

1. Agrega 1-2 cucharadas de salsa picante (ajuste al gusto) a la salsa española ya preparada.
2. Agrega 1/4 cucharadita de cayena o pimienta de cayena y revuelve bien.
3. Agrega 1/4 cucharadita de comino molido y orégano seco. Revuelve nuevamente.
4. Si lo deseas, agrega 1-2 dientes de ajo picados y sofríelos ligeramente en la salsa.
5. Si lo deseas, agrega 1/4 cucharada de vinagre para darle un toque ácido.
6. Revuelve bien todos los ingredientes y deja cocinar a fuego lento durante 5-10 minutos para que los sabores se mezclen.
7. Ajusta la sazón según sea necesario y sirve la salsa diablo caliente sobre tus platos favoritos.

5. Salsa Robert

(Derivada española)

Ingredientes adicionales:

- 2 cucharadas de mantequilla.
- 2 cucharadas de harina.
- 1/2 taza de caldo de carne o pollo.
- 1/4 taza de crema espesa o nata.
- 1 cucharadita de mostaza de Dijon.
- Sal y pimienta al gusto.

Preparación:

1. En una sartén, derrite la mantequilla a fuego medio. Agrega la harina y cocina durante 1 minuto, revolviendo constantemente, hasta que la mezcla forme una pasta suave y ligeramente dorada (roux).

2. Gradualmente agrega el caldo de carne o pollo, revolviendo constantemente para evitar grumos. Lleva a ebullición y luego reduce el fuego y deja cocinar durante 5 minutos, o hasta que la salsa espese ligeramente.
3. Agrega la crema espesa o nata y la mostaza de Dijon. Revuelve bien para combinar.
4. Incorpora la salsa española ya preparada en la mezcla y revuelve bien para combinar.
5. Sazonar con sal y pimienta al gusto.
6. Deja cocinar la salsa Robert a fuego lento durante 5-10 minutos, o hasta que alcance la consistencia y sabor deseados.

6. Salsa bechamel (salsa madre)

Ingredientes:

1. Mantequilla.
2. Harina.
3. Leche.
4. Sal al gusto.
5. Pimienta.
6. Nuez moscada.
7. Cebolla claveteada.

Preparación:

1. Derretir la mantequilla en una sartén a fuego medio.
2. Agregar la harina y cocinar durante 1-2 minutos, revolviendo constantemente, hasta formar una roux.
3. Gradualmente se agrega la leche, revolviendo constantemente para evitar grumos.
4. Cocinar durante 5-7 minutos, o hasta que la salsa espese y forme una consistencia suave.
5. Sazonar con sal, pimienta nuez moscada al gusto y agregar la cebolla claveteada.
6. Retirar del fuego y utilizar inmediatamente.

Derivadas de la salsa bechamel:		
Nombre	Ingredientes	Uso Apropriado

Salsa Crema	Bechamel + nata + copos mantequilla	Huevos, pescados estofados, aves cocidas, pasta y hortalizas
Salsa Cardinal	Bechamel + Fumet + nata + mantequilla de bogavante	Pescados estofados, huevos y mariscos
Salsa Aurora	Bechamel + Tomate	Huevos

7. Crema de champiñones

(Derivada bechamel)

Ingredientes:

1. Salsa bechamel.
2. Fondo blanco.
3. Cebolleta.
4. Champiñones.
5. Sal.
6. Pimienta.

Preparación:

1. Se agrega a la licuadora el fondo blanco, la cebolla sofrita, los champiñones salteados con sal, pimienta mantequilla y se licua
2. Luego se pone a reducir esto y se le agrega la salsa bechamel disuelta en un poquito de la mezcla para evitar grumos
2. Para el emplatado se conservan algunos champiñones salteados para la decoración del plato.

8. Espaguetis en salsa bechamel

Ingredientes:

1. Espagueti crudo.
2. Sal.
3. Pimienta.
4. Queso rallado.

Preparación:

1. Cocinar los espaguetis en agua hirviendo con sal y pimienta hasta que estén al dente.
2. Incorporar los espaguetis en la salsa bechamel, previamente preparada.
3. Rallar el queso y esparcirlo encima de los espaguetis.

9. Crema de auyama

(Derivada bechamel)

Ingredientes:

- Salsa bechamel.
- 1 litro fondo claro.
- Sal.
- Pimienta.
- Cebolla.

Método preparación:

1. Primero pelamos y cortamos en trozos la ahuyama.
2. En una olla agregamos los trozos con agua y lo ponemos a hervir con sal, pimienta al gusto hasta que este blandito.
3. Lo dejamos reposar, de ahí lo añadimos a la licuadora con 1 Litro de fondo claro.
4. Lo Agregamos a una olla y dejamos hervir por 10 minutos.
5. Le añadimos crema de leche y listo.
6. Servimos y disfrutamos.

10. Crema de cebolla

(Derivada bechamel)

Ingredientes:

- 3 cebolla grandes picadas en cascós.
- 2 dientes de ajo.
- 2 tazas de leche.
- 2 tazas de fondo claro.
- Bechamel.
- Sal.
- Pimienta.

Método de preparación:

1. Picamos las Cebollas en cascós y sofreímos con aceite en una sartén a fuego medio hasta que estén doradas las cebollas.
2. Dejamos reposar y licuamos con 2 tazas de leche y 2 tazas de fondo claro.
3. Retiramos de la licuadora y agregamos la mezcla a una olla y colocamos a hervir a fuego bajo Por unos 10 minutos.

4. Cuando hayan pasado los 10 minutos agregamos el vaso de salsa bechamel y revolvemos.
5. Agregamos sal y pimienta al gusto.
6. Dejemos hervir otros 5 minutos.
7. Retiramos del fuego y servimos.

11. Salsa Mornay

(Derivada bechamel)

Ingredientes adicionales:

- 1/4 taza de queso rallado (Gruyère, Cheddar o similar).
- 1/4 cucharadita de pimienta blanca.
- 1/4 cucharadita de nuez moscada.
- Sal al gusto.

Preparación:

1. Agrega el queso rallado a la salsa bechamel ya preparada y revuelve hasta que se derrita y se mezcle bien.
2. Agrega la pimienta blanca y la nuez moscada y revuelve nuevamente.
3. Sazonar con sal al gusto.
4. Deja cocinar la salsa Mornay a fuego lento durante 2-3 minutos, o hasta que alcance la consistencia y sabor deseados.

12. Salsa Cardinal

(Derivada bechamel)

Ingredientes adicionales:

- 1/4 taza de queso parmesano rallado
- 2 cucharadas de tomate concentrado o pasta de tomate
- 1 cucharadita de orégano seco
- Sal y pimienta al gusto

Preparación:

1. Agrega el queso parmesano rallado a la salsa bechamel ya preparada y revuelve hasta que se derrita y se mezcle bien.
2. Agrega el tomate concentrado o pasta de tomate y revuelve nuevamente.
3. Agrega el orégano seco y sazonar con sal y pimienta al gusto.
4. Deja cocinar la salsa cardenal a fuego lento durante 2-3 minutos, o hasta que alcance la consistencia y sabor deseados.

Mayonesa (Salsa madre)

Formula:

1 huevo temperatura ambiente + 4 g de sal + 10 mg de limón + 200 ml de aceite + pimienta al gusto.

Preparación:

En una licuadora se agrega el huevo, mientras se deja licuar se agrega el aceite en forma de hilo, de la misma forma que los 4 g de sal, 10 mg de limón y por último la pimienta al gusto.

Mayonesa de ajo 	Ajo picado Aceite de oliva Sal Pimienta negra Acido (vinagre, jugo de limón)	En un tazón, mezclar la mayonesa y el ajo picado. Agregar el jugo de limón, sal y pimienta negra. Mezclar bien hasta que este suave y homogéneo. Agregar aceite de oliva y mezclar nuevamente. Probar y ajustar la cantidad de ajo al gusto
Mayonesa de mostaza 	1/2 taza de mayonesa 2-3 cucharadas de mostaza (puede ser Dijon o amarilla, según tu preferencia) 1 cucharadita de miel (opcional, para un toque dulce) Sal y pimienta al gusto Jugo de limón (opcional, para un poco de acidez)	En un tazón, mezclar la mayonesa y la mostaza hasta obtener una consistencia homogénea. Si se desea, agregar la miel y mezcla bien. Añade sal y pimienta al gusto, así como el jugo de limón si lo usas. Revuelve bien y prueba, ajustando los sabores según tu preferencia. 5Sirve como acompañamiento para sándwiches y ensaladas
Mayonesa de limón 	- 1 huevo - 1 taza de aceite (puede ser de girasol o de oliva) - Jugo de 1 limón (al gusto) - 1 cucharadita de mostaza (opcional) - Sal al gusto	En un vaso batidor, coloca el huevo, el jugo de limón, la mostaza (si la usas) y una pizca de sal. Verter el aceite sobre los demás ingredientes. Batir gradualmente y añadir jugo de limón

--	--	--

14. Chantilly

(Derivada mayonesa)

Formula:

- Zumo de limón + crema de leche + mayonesa.

Preparación:

1. La forma de uso del chantilly es con verduras, las que deben ser cocidas o salteadas para que se le agregue a la mezcla.
2. La mayonesa se deja en la licuadora y se le agrega el zumo de limón.
3. En un bowl aparte se bate la crema de leche hasta quedar espesa y se le agrega la mayonesa con el zumo de limón, se bate hasta quedar con una textura espesa.
4. Se escaldaron las verduras por 3 minutos, (zanahoria, repollo, brócoli, coliflor).
5. La cebolla puerro y el ajo se sofríen durante 10 minutos

15. Salsa tártara

(Derivada mayonesa)

Ingredientes adicionales:

- 1 cucharada de mostaza de Dijon.
- 1 cucharada de encurtidos picados.
- 1 cucharada de cebollín picado.
- 1 cucharada de alcaparras picadas.
- Sal y pimienta al gusto.

Preparación:

1. En un tazón, mezcla la mayonesa con la mostaza de Dijon, los encurtidos picados, el cebollín y las alcaparras picados.
2. Mezcla bien todos los ingredientes hasta obtener una salsa homogénea.
3. Sazonar con sal y pimienta al gusto.

4. Deja reposar la salsa tártara en el refrigerador durante al menos 30 minutos antes de servir.

16. Salsa Alioli o Ajo

(Derivada mayonesa)

- 2-3 dientes de ajo picados o triturados.
- 1 cucharadita de jugo de limón.
- Sal y pimienta al gusto.

Preparación:

1. En un tazón, mezcla la mayonesa con el ajo picado o triturado.
2. Agrega el jugo de limón y mezcla bien.
3. Sazonar con sal y pimienta al gusto.
4. Deja reposar la salsa de ajo en el refrigerador durante al menos 30 minutos antes de servir.

17. Salsa Remoulade

(Derivada mayonesa)

- 2 cucharadas de mostaza de Dijon.
- 1 cucharada de encurtidos picados.
- 1 cucharada de cebollín picado.
- 1 cucharada de perejil picado.
- 1 cucharadita de orégano seco.
- Sal y pimienta al gusto.
- Jugo de limón (opcional).

Preparación:

1. En un tazón, mezcla la mayonesa con la mostaza de Dijon, los encurtidos picados, el cebollín picado, el perejil picado y el orégano seco.
2. Mezcla bien todos los ingredientes hasta obtener una salsa homogénea.
3. Sazonar con sal y pimienta al gusto.
4. Si lo deseas, agrega un poco de jugo de limón para darle un toque ácido.
5. Deja reposar la salsa remoulade en el refrigerador durante al menos 30 minutos antes de servir.

18. Crema de verdura

Formula:

Cebolla puerro + fondo oscuro + 1 diente de ajo + 1 zanahoria + ½ repollo + ½ coliflor + ½ brócoli + sal y pimienta al gusto

Preparación

Se escaldaron las verduras por 3 minutos, (zanahoria, repollo, brócoli, coliflor).

La cebolla puerro y el ajo se sofríen durante 10 minutos,

Seguidamente se licuaron en un litro de fondo oscuro, luego se colocó al fuego medio durante 20 minutos aproximadamente.

TALLER N° 7: SALSAS BÁSICAS DE DULCE

CREMA CHANTILLY

Ingredientes:

1-Litro Crema de leche

¼ de azúcar glas

Esencia de vainilla

Preparación:

Ponemos la crema de leche a enfriar por 24 horas, también el bowl globo de la batidora. Una vez haya pasado este tiempo, está lista para ser preparado. Se añade la crema de leche a la batidora, se comienza a batir por menos elocidad, después se va aumentando un poco la velocidad, una vez esta crema de leche cree unos picos o pequeñas montañitas añadimos la azúcar glas ya tamizada y 1 o 2 copitas de esencia de vainilla. Dejamos batir por unos segundos más y ya apagamos y estaría lista para desmontar

SALSA INGLESA

Ingredientes:

- 3 tazas de leche

- 1 taza de crema para batir

- 1/2 taza de azúcar

- 3 yemas de huevo

- 1 cucharadita de extracto de vainilla

- 1/4 cucharadita de sal

- Azúcar para caramelizar

Preparación:

Primero separamos las yemas de los huevos de las claras luego procedimos ha empezar a mezclar las yemas en un bowl después le agregamos la azúcar glas pero tamizada después procedemos a seguir revolviendo y de hay le agregamos la esencia de vainilla , Después pusimos a tibir el litro de leche y cuando ella suelto el herbor.Luego se apaga fuego y procedimos a incorporar la mezcla con la leche poco a poco la revolvemos bien Procedemos a colar la mezcla y la ponemos en una olla al estufa con fuego bajo durante 15 minutos. Después la bajamos y la metemos en un bowl con agua al clima para qué enfrié un poco y después cuando esté fría la metemos en un bowl con agua fría de la nevera. La mezclaos durante 3 minutos y después está lista la crema inglesa y la metemos a enfriar al refrigerador.

CREMA PASTELERA

Ingredientes

1 litro de leche entera
30 gramos de mantequilla
Ralladura de limón.
170 gramos de azúcar
100 gramos de maizena
6 yemas de huevo

Preparación:

Primero agregamos el litro de leche junto con la canela y la ralladura de limón lo ponemos al fuego y dejamos calentar no podemos dejar que rompa hervor, en un Bowl agregamos las seis yemas del huevo junto con los 170 gramos de azúcar y le adicionamos la maicena en su efecto es mejor azúcar glass. Cuando la leche ya este antes de romper hervor, la dejamos reposar y luego le agregamos la mitad a la mezcla de las yemas de huevo y ponemos de nuevo el resto de la leche a fuego bajo y le adicionamos la mezcla que tiene las yemas de huevo, dejamos cocinar hasta que espese, ahí le agregamos los 10 gramos de mantequilla, luego lo dejamos enfriar pasando la mezcla en la olla por baño maría frío, y listo así nos queda una deliciosa crema pastelera

COULIS DE FRUTAS

Ingredientes

- 4 fresas
- 8 cucharadas de azúcar morena
- Media taza de agua
- 4 gotas de limón

Preparación:

Como primer paso hacemos el mise and place organizando los utensilios que se necesitan para esta preparación (olla pequeña, un cernidor, un macerador, un cucharón, una cuchara)

Una vez que tengamos lista la limpieza y desinfección del mesón de trabajo y lavadas y desinfectadas los ingredientes procedemos a cortar las fresas en cortes imperfectos, en la olla pequeña agregamos las fresas y la media taza de agua, colocamos la olla en la estufa a juego lento cuando este en punto de hervor, le agregamos las cucharadas de azúcar de a dos, cuando se valla disolviendo el azúcar, vamos macerando la mezcla, se agregan nuevamente las dos cucharadas y repetimos este proceso hasta acabar el azúcar.

Una vez el azúcar se disuelva completamente seguimos macerando hasta que las fresas queden bien disueltas en el almíbar, agregamos las 4 gotas de limón se mezcla bien, apagamos y dejamos

reposar de 1 a 3 minutos a temperatura ambiente, una vez este frio alistamos el cernidor, una cuchara sopera y un bowl, para proceder a tamizar la mezcla, una vez hecho esto procedemos a colocarla en una jarra salsera y como último paso a disfrutar

TALLER N° 8 MASAS DE REPOSTERIA

Masa para crepes



Ingredientes

Ingredientes:

250 ml de leche

250 ml de agua

200 gramos de harina

4 huevos

1 pizca de sal

Un poco de mantequilla para untar

Preparación:

- 1.- Preparamos todos los ingredientes. Comenzamos batiendo en un bowl un poco los huevos, sin llegar a conseguir la típica espuma, simplemente batirlos un poco.
- 2.- Luego incorporamos el agua y la leche. Seguimos mezclando.
- 3.- Se agrega la harina tamizada y la sal. Con la ayuda de un colador ponemos la harina en el bol. Mezclamos bien con unas varillas.
- 4.- En una sartén antiadherente, se pone un poco de mantequilla
- 5.- Untamos y vertemos un poco de masa, se le da la vuelta una vez veamos que tiene burbujitas y ha cambiado todo de color.
- 6.- Con la ayuda de los dedos le damos la vuelta. se deja unos 30 segundos con la sartén a fuego lento.
- 7.- Para que se mantengan calientes se van apilando y se le pone la tapa del microondas encima de todos los que se hicieron

Masa chapatis



Ingredientes

1000 g de harina de trigo

¾ taza de agua (aproximadamente)

1 cucharada de aceite

Preparación:

Se hace un volcán con la harina

Se saca un poco de harina para enharinar luego

Se agrega agua tibia y se integra la harina hasta que esté bandita la masa

Se tapa con un repasador y se deja reposar por 45 min.

Cocción:

Se calienta una sartén o plancha a fuego medio-alto.

Luego se coloca un chapati sobre la sartén caliente. Cocina durante unos 30-40 segundos o hasta que empiecen a aparecer pequeñas burbujas.

Se voltea el chapati y cocina del otro lado. Se puede presionar suavemente con una espátula o un paño limpio para ayudar a que el chapati se infle.

Pate au choux:



Ingredientes

120 g de mantequilla

180 g de harina

Sal

5 huevos

Preparación

Se engrasa la lata con maquilla y se pone el papel encima

Se pone el agua a fuego y cuando esté tibia se le echa la mantequilla, cuando se derrita, se echa la harina de un solo golpe hasta que esté homogénea y se deja reposar hasta que esté fría

Después se le agregan los huevos uno por uno (hasta que no integre uno, no se le agrega el otro) cuando la masa esté chiclosa

Se echa la masa en la manga pastelera y se pone en la bandeja, luego se pincela con huevo

Se pone a 190 grados por 20 min.

Bizcocho básico



Ingredientes:

4 huevos

200 g de azúcar (1 taza)

200 g de harina de trigo (1 ½ taza)

1 cucharadita de polvo para hornear
120 ml de leche (½ taza)
100 g de mantequilla (½ taza) o aceite
1 cucharadita de esencia de vainilla (opcional)
Una pizca de sal

Preparación:

1. Precalentamos el horno a 180°C , engrasamos y se enharina el molde
2. En un tazón grande, se baten los huevos junto con el azúcar hasta que la mezcla esté pálida y esponjosa.
3. Luego se añaden los ingredientes líquidos, se derrite la mantequilla y se deja enfriar un poco, se agrega la leche, la esencia de vainilla y la mantequilla derretida a la mezcla de huevos y azúcar. Se bate todo hasta que esté bien integrado.
4. Se tamiza la harina, el polvo para hornear y la pizca de sal. Se añaden estos ingredientes secos a la mezcla de huevos y azúcar de forma gradual, usando una espátula o un batidor manual, se mezclan con movimientos envolventes para no perder el aire de la masa.
5. Se vierte la mezcla en el molde previamente
6. Se hornea el bizcocho durante unos 30-35 minutos, o hasta que al insertar un cuchillo en el centro, éste salga limpio.
7. Pasado el tiempo, se retira el bizcocho del horno y se deja reposar en el molde durante unos 10 minutos.
8. Se decora..

Trufas

Ingredientes:

- 250 gramos de chocolate negro (70% cacao)
- 120 gramos de mantequilla
- 2 cucharadas de azúcar glasé
- 2 cucharadas de leche condensada
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- Cocoa en polvo o azúcar glasé para cubrir

Preparación:

Paso 1: Fundir el chocolate

1. Pica el chocolate en trozos pequeños.
2. Coloca el chocolate en un tazón sobre una olla con agua hirviendo.
3. Deja fundir el chocolate, revolviendo ocasionalmente.

Paso 2: Mezclar los ingredientes

1. En un tazón separado, mezcla la mantequilla, azúcar glasé, leche condensada y extracto de vainilla.
2. Agrega la mezcla al chocolate fundido y revuelve hasta que esté suave.

Paso 3: Enfriar y formar las trufas

1. Deja enfriar la mezcla durante 30 minutos.
2. Cubre la mezcla con plástico y refrigera durante 2 horas.
3. Con una cuchara, forma pequeñas bolas de aproximadamente 1 cm de diámetro.

Paso 4: Cubrir con cocoa o azúcar

1. Coloca las trufas en un tazón con cocoa en polvo o azúcar glasé.
2. Cubre las trufas completamente.

Paso 5: Refrigerar y servir

1. Refrigerar las trufas durante 30 minutos.
2. Sirve las trufas frescas.

Pasta Orly de dulce y sal



Ingredientes:

200g de harina

2 yemas de huevo

1 cerveza

Sal

Preparación:

Se tamiza la harina, se le agrega la cerveza y se revuelve, luego se le agregan las 2 yemas de huevo, se tapa y se deja reposar por unos minutos

Aparte se cortan cebollas en aros y se untan por completo de harina

Después se integra la mezcla a la mezcla de cerveza con huevo y se integran las cebollas, luego se pone al fuego alto hasta que queden doraditas

FALSOS CORALES

Ingredientes:

30 gr Harina.

140 ml aceite

Colorante

140 ml agua

Preparación:

Se mezclan todos los ingredientes. Se calienta el sartén. Verter la mezcla poco a poco en el sartén para preparar las galletas corales. Dejar que la masa se ponga dura y delgada para servir.

Galletas básicas



Ingredientes:

1 Huevo

Azúcar 50 gr

Mantequilla 150 gr

Esencia de vainilla al gusto

Harina 200 gr

Preparación:

Se integra la mantequilla con la esencia de vainilla y luego se le agrega el azúcar hasta que quede bien desvanecida, luego se le agrega el huevo y se le agrega toda la harina de a poco hasta que esté la mezcla y luego se echa en una manga pastelera y se pone en el molde ya enharinado

Luego se deja en el horno por 20 min

La mantequilla debe estar blandita

Galleta Punto Rojo **Ingredientes**

500 gramos de harina de trigo
350 gramos de azúcar (Si desea puede adicionar menos o más)

20 gramos de polvo de Hornear

85 gramos de mantequilla o margarina sin sal

15 gramos de Vainilla (Si desea puede adicionar más)

100 gramos de leche o agua (Si es para negocio Agua)

6 gramos de levadura fresca o 3 gramos de levadura seca

Mermelada de guayaba o el sabor que desee para decorar el punto rojo (Opcional si quiere colocar otro sabor).

Preparación:

Preparar las bandejas enmantecándolos y enharinándolos previamente (Si prefiere coloque papel para hornear)

Pesar todos los ingredientes y tenerlos listos

Precalentar el horno a temperatura medio (170 o 180 °C.) unos 10 a 15 minutos antes

En un recipiente batir la mantequilla con el azúcar hasta obtener una crema (esto se puede realizar con las manos, una espátula o batidora manual o eléctrica).

Agregar la esencia de vainilla y mezclamos para que quede repartida de manera uniforme.

Activamos la levadura en un poco de agua o leche tibia y la adicionamos a la mezcla.

Tamizamos previamente la harina con la ayuda de un colador de malla fina, de este modo evitaremos que se formen grumos en la masa.

Adicionamos el polvo de hornear a la harina y revolvemos muy bien.

Incorporamos poco a poco la harina a la mezcla inicial y revolvemos continuamente hasta que estase hidrate uniformemente.

Agregamos a la leche poco a poco a la mezcla y revolvemos hasta que logre quedar incorporada toda la masa, esta masa debe quedar suave, manejable y no pegarse en los dedos.

Pasamos la masa a una superficie lisa enharinada y empezamos a amasar por unos dos minutos hasta que esta suave y manejable, esta no debe pegarse en las manos. Si vemos que la masa esta muy húmeda y pegajosa espolvoreamos harina sobre ella hasta obtener una masa perfecta.

Dejamos reposar la masa en un recipiente enharinado y tapamos con una toalla o paño por una hora aproximadamente, hasta que doble su tamaño.

Sacamos la masa del recipiente y la llevamos a una superficie limpia enharinada y estiramos con un rodillo obtener un grosor de 1/2cm aproximadamente.

Realizar las figuras en forma de círculos ubicar cada una de estas en las bandejas

previamente engrasadas, utiliza tu dedo pulgar para hacerles un huequito en el medio... ¡exactamente! Ahí es donde se debe colocar el punto de mermelada de guayaba o la que desee.

Pasamos a las bandejas y hornear a temperatura media 170 a 180 °C entre 15/ 20 minutos hasta que los bordes estén dorados.

Galleta ajedrez

¾ de Margarina

¾ de azúcar pulverizada

1 ½ libra de harina de trigo

1 cucharada de polvo de hornear

1 huevo

3 cucharadas de cocoa

Preparacion

Cremamos el azúcar con la grasa añadimos el huevo y la harina previamente mezclada con el polvo de hornear

Dividimos la masa en dos partes iguales

La primera añado esencia blanca la segunda con cocoa

Hago un rollo y voy cortando para formar la galleta de dos colores

Cortar y llevar al horno a 350 °C de 12 a 15 minutos.

Galleta de avena

Ingredientes

950 gr harina

50 gr de colmaiz

500 gr Azúcar

650 gr margarina

200 gr de avena en hojuelas

150 gr Nueces trituradas

6 huevos

60 gr leche en polvo

5 gr de sal

10cc de esencia de vainilla.

Preparación

Cremar margarina azúcar sal y esencia

Adiciono huevos poco a poco con intervalo de 40 segundos aproximadamente .

Por último, adiciono resto de ingredientes

Se homogeniza bien y se da la forma con la manga

Horneo a 325 °C por 25 minutos.

Hojaldre

Ingredientes

500 gr de harina

250 gr de vitina o margarina para hojaldre

250 ml de agua fría

2 gr de sal

10 gr de azúcar

Gloria a 170 ° c por 25 a 30 minutos

Chicharrones 180°C por 20 minutos

Croissant 180°C por 20 minutos.

Pasteles de pollo

1) Déjalas enfriar por completo para desmoldar.

- **Antes de preparar la mezcla:** asegúrate que todos los ingredientes estén pesados.
- **Ingredientes leche:** Agregar la cantidad de leche o agua sugerida y si ve que está muy seca agreguemos conforme la masa valla absorbiendo.
- **El horno:** no todos los hornos son iguales. El conocer el horno, saber cómo funciona y manejarlo es tan importante como tener una buena receta y prepararla bien, porque de una adecuada cocción también depende un resultado final exitoso. Si las galletas se pasan de temperatura.

Otra cosa a tener en cuenta evitar poner el ventilador y abrir la puerta del horno antes de tiempo indicado ya que aumentarían las probabilidades de que nuestras galletas pierdan la forma

Galleta ajedrez

Ingrediente

Espaguetis



Se coloca la harina en la mesa en forma de volcan y se coloca un bowl para aplastar y en el medio se coloca los 4 huevos con 4 cucharadas de agua de ahi se de amasa hasta que este blanda y se deja reposar por 10 min

Luego se aplana bien la masa con el rodillo y se pone en la máquina

Peras a la jardinera



Ingredientes:

Peras

Canela

Clavos

Anís estrellado

Mostaza

Miel

Preparación:

Pelamos las peras y reservamos

Se cocinan con canela, clavos y anís X 20 minutos

Después se le agrega mostaza, miel y cúrcuma

Dejamos que espese y agregamos las peras enteras, revolvemos y retiramos del fuego

TALLER 8

COCINA MEXICANA

SOPA AZTECA

INGREDIENTES:

1000 g de fondo claro
500 g de tomate rojo
200 g de cebolleta roja
200 g de pasta de tomat100 g de pimentón rojo
20 g de harina de maíz
Un diente de ajo
Sal y pimienta al gusto

PREPARACION

Se agrega el fondo claro una olla y se deja hervir Se lleva a una sartén con un poquito de aceite la cebolleta morada, el ajo, el tomate y el pimentón previamente picado Se deja reposar el sofrito y se licua Luego esta mezcla se lleva al fondo claro, y se le agrega la harina de maíz se mezcla se cocina aproximadamente por unos 20 minutos y queda lista para servir gregándole un poquito de crema de leche.

GUACAMOLE

INGREDIENTES

1 tomate
1 cebolla cabezona
1 aguacate
Sal, pimienta
Zumo de un limón

PREPARACION

Se pica la cebolleta y el tomate en cortes brunoise Se pica el aguacate en trozos medianos Se agrega el cilantro previamente picado, dos cucharadas de limón, sal y pimienta al gusto Se mezclan todos los ingredientes y queda listo para servir.

CARNE DESMECHADA

INGREDIENTES

2 libras de carne espaldilla
4 tomates rojos
3 cebolletas
Un diente de ajo
Sal, color, pimienta
hiervas

PREPARACION

Se coloca en la pitadora la carne con una cuchara de sal, hiervas y agua que la cubra se deja cocinar aproximadamente por media hora

En una sartén agregamos el ajo, la cebolleta, el tomate picado en brunoise, agregamos la sal, color y pimienta al gusto dejamos sofreír por unos minutos, luego agregamos una taza del caldo donde cocinamos la carne y dejamos reducir Seguidamente al guiso le agregamos la carne previamente desmechada.

TORTILLAS DE MAIZ AMARILLO

INGREDIENTES

2 tazas de maíz amarillo

½ de taza de agua tibia

¼ de cucharada de sal

PREPARACIÓN

En un recipiente grande se mezcla la harina de maíz con el agua tibia y la sal Amasar durante 5 a 10 minutos hasta obtener una masa suave y homogénea Cubrir la masa con un plástico y dejar reposar por 30 minutos Se Divide la masa en porcines deseadas Luego cada porción se forma en una bola y se aplasta ligeramente con la palma de mano Utiliza un rodillo para aplanar cada bola de masa hasta obtener una tortilla delgada y redonda.

Relleno:

Carne: puede ser carne asada, pollo, cerdo, pescado, o una opción vegetariana como champiñones o nopales. Especias: sal, pimienta, comino, ajo en polvo, o cualquier mezcla de especias que te guste. Vegetales: cebolla picada, cilantro fresco, lechuga, o rábanos.

Salsas:

Salsa roja o verde (puede ser casera o comprada).

Guacamole (opcional).

Acompañamientos:

Limones (para exprimir).

Crema agria (opcional).

Queso fresco (opcional).

Preparación

Cocinar la carne: Sazona y cocina la carne en una sartén a fuego medio hasta que esté bien cocida. Si usas vegetales, cocínalos hasta que estén tiernos

Calentar las tortillas: En un comal o sartén caliente, calienta las tortillas por ambos lados para que estén suaves y flexibles. Montar los tacos: Coloca una porción de carne o vegetales en el centro de cada tortilla. Agregar complementos: Añade cebolla, cilantro, salsa, y cualquier otro acompañamiento que desees. Servir: Ofrece los tacos con limones, crema y queso al lado para que cada quien los sirva a su gusto.

PICO DE GALLO

INGREDIENTES

6 cebollas cabezona roja
4 cebolla cabezona blanca
2 limones
9 tomates
1 tbs de vinagre
Cilantro
1 tbs sal
1 tbsp pimienta

PREPARACION

Se enjuaga y se desinfectan las verduras. Se pica la cebolla en brunoise, se deja la cebolla por 5 minutos en agua con sal y limón. Se pica el tomate en brunoise sacándole a todos los tomates las semillas. Se pica finamente el cilantro. Se incorpora la cebolla en un bowl con tomate y cilantro, se agrega sal, pimienta, vinagre y gotas de limón.

TORTILLAS DE HARINA (BURROS)

INGREDIENTES

500 gr de harina

280 ml de agua

1 tbsp de sal

PREPARACION

Se realiza un volcán de harina cernida, se le agrega sal y poco a poco se agrega agua tibia hasta tener una masa firme. Se deja reposar por 40 minutos. Después de reposar se pone la masa con un poquito de harina en una superficie plana para darle rodillo y volver la masa supremamente fina y delgada, al tener la masa delgada darle la forma redonda y azar por 1 minuto la tortilla.

Burros

Ingredientes:

Tortillas de harina grandes (6-8 tortillas)

Carne de res o pollo (500 g, cocida y desmenuzada o en tiras)

Frijoles refritos (1 taza)

Arroz blanco o rojo (1 taza, cocido)

Queso rallado (queso cheddar o fresco, al gusto)

Guacamole o aguacate machacado (al gusto)

Lechuga (opcional)

Tomate picado (1 taza)

Cebolla picada (media taza)

Cilantro picado (opcional)

Salsa mexicana o salsa picante (al gusto)

Crema agria (opcional)

Aceite (una cucharada para cocinar la carne, si es necesario)

Sal y pimienta (al gusto)

Especias: ajo en polvo, comino, pimentón (opcional, al gusto)

Preparación:

Cocinar la carne: Si no está cocida, puedes freírla con un poco de aceite. Sazona con sal, pimienta, comino, ajo en polvo y pimentón, al gusto. Cocina hasta que esté dorada y bien cocida. Si es carne desmenuzada, solo caliéntala con las especias.

Calentar los frijoles: Puedes usar frijoles refritos enlatados o preparar los tuyos cocinando frijoles y luego machacándolos con un poco de aceite. Calentar las tortillas: Calienta las tortillas de harina en un comal o sartén hasta que estén suaves y ligeramente doradas. Montar el burrito: Coloca una capa de frijoles refritos en el

centro de la tortilla. Añade una porción de carne, luego el arroz, jitomate, cebolla y lechuga si lo deseas. Agrega queso rallado, guacamole y crema agria al gusto. Añade salsa mexicana o picante. Doblar el burrito: Dobla los lados de la tortilla hacia adentro. Luego, enrolla de abajo hacia arriba, envolviendo bien todos los ingredientes. Servir: Corta por la mitad si lo prefieres y sirve con más salsa o guacamole al lado.

AGUA DE HORCHATA

INGREDIENTES

1/2 Litro Agua

1/2 Arroz

Clavo

Canela

400 gr Lechera

1/2 Litro de Leche líquida o polvo

PREPARACION

se lava el arroz se agrega en una olla grande junto con leche líquida o en polvo se agrega clavos y canela -por una hora o hasta que el arroz este blandito se baja se deja reposar hasta que este frio -se agrega una parte del arroz en la licuadora con una parte de lechera y una de agua se licua y se cierne y se repite el proceso hasta que se acaban los ingredientes -se cierne y se sirve

ARROZ ROJO

INGREDIENTES

250 gr de arroz

125 gr Tomates

150 gr Pimentón

80 gr Remolacha

Sal al gusto

1 und Ajo

Preparación

Se rostizan los vegetales Se sofríe el arroz con el aceite y la sal
Se agrega el jugo de los vegetales previamente licuados y cernidos.
Se agrega sal al gusto Esperar hasta que el arroz quede cocinado

CARNE MOLIDA

INGREDIENTES

1 Libra Carne Molida

1/ 2 Pimentón rojo, amarillo y verde

Ajo

5 Cebolla
Sal
Pimienta
Paprika

PREPARACION

Se pican los tomates, cebolla, pimentón amarillo, verde y rojo en brunoise
Se sofríe con poco aceite caliente todo junto, se agrega la carne hasta tener la carne y las verduras integradas y sofreía agregar sal, pimienta, paprika, reposar y servir

PIZZ MEXICANA

INGREDIENTES

Harina de trigo 1 libra
Pum de mantequilla
Sal al gusto
Levadura
½ libra Carne molida aliñada
tomate en rodajas
pimentón amarillo pimentón rojo
tomate en rodajas delgadas
cebolleta en rodajas
pasta de tomate
queso rallado

PREPARACION

Cernimos la harina de trigo hacemos un volcán y en el medio echamos agua mantequilla la sal polvo de hornear revolvemos y amasamos energéticamente hasta desarrollar el gluten y quede suave la masa la extendemos de la forma que queremos que quede la pizza sea redonda o cuadrada y dejamos reposar por 15 minutos Después esparcimos suficiente pasta de tomate encima agregamos la carne molida previamente cocinada Agregamos los pimentones cortados en julianas queso rallado y los tomates en rodajas encima precalentamos el horno a 200 grados por 15 minutos y al momento de meter la pizza lo bajamos a 180 y cocinar de 15 a 20 minutos según la potencia del horno se saca se parte y se sirve

FRIJOLES

INGREDIENTES

3000 ml de agua
200g frijol (caraotas)
5g de ajo
100g de cebolla

10 g de sal
40g de grasa de cerdo
2g de pimienta
2g de comino

PREPARACION

Se pone a remojar desde un día anterior se colocan a cocinar con el agua en remojo a fuego deben quedar bien cocidos y no reventados Después de que los frijoles estén bien cocinados se separa el agua de los frijoles llevándola al fuego a ser una reducción con el objetivo de sacar una tinta Se macera los frijoles para hacer un pure Se refrita loa frijoles en una sartén con el aceite de cerdo Se le agrega el ajo la cebolla el comino y la pimienta.