

PROCESO DIRECCIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL
FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

IDENTIFICACIÓN DE LA GUÍA DE APRENDIZAJE

- **Denominación del Programa de Formación:** Cocina Colombiana
- **Código del Programa de Formación:** 66210029 VERSIÓN 1
- **Nombre del Proyecto (si es formación Titulada)**
- **Fase del Proyecto (si es formación Titulada)**
- **Actividad de Proyecto (si es formación Titulada)**
- **Competencia:** PREPARAR ALIMENTOS DE ACUERDO A LA SOLICITUD DEL CLIENTE. (EQUIVALE A LA NORMA NTS USNA 001 DEL MINCOMERCIO, INDUSTRIA Y TURISMO)
- **Resultados de Aprendizaje Alcanzar:**
01 PREPARAR PLATOS COLOMBIANOS, EN EL TIEMPO, Y CANTIDAD ESTABLECIDA POR LA EMPRESA.
Duración de la Guía: 20 Horas

SOLIDARIDAD: Brindo mi ayuda a las personas cuando lo necesitan sin esperar algo a cambio, entiendo que hago parte de una comunidad.

2. PRESENTACIÓN

Apreciados Aprendices, bienvenidos al curso de COCINA COLOMBIANA, bajo el enfoque de competencias laborales, estrategia de aprendizaje por proyectos formativos y con metodologías de formación basadas en didácticas activas como clases magistrales, preguntas, videos y talleres prácticos. Durante su proceso de formación, tiene a su disposición recursos como: el instructor-tutor-formador, el entorno, las Tic, ambiente presencial de formación colaborativo, a partir de los cuales, podrá construir en equipo, las evidencias de aprendizaje concertadas.

Los diferentes conocimiento teórico prácticos que obtendrá el aprendiz durante el curso son técnicas básicas de cocina, manipulación de alimentos, materias primas, manejo de utensilios, técnicas de cortes y cocción, preparaciones colombianas

El éxito y logro del aprendizaje depende de su compromiso, disciplina, puntualidad, responsabilidad, autonomía, creatividad, iniciativa y transparencia.

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

3.1. ACTIVIDADES DE REFLEXIÓN:

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; esta 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 de preparar alimentos de acuerdo con la solicitud del cliente, aplicado a las cocina colombiana.

De acuerdo a lo anterior el aprendiz fortalecerá competencias en el área de manipulación de alimentos con las normas básicas de seguridad industrial, manejo de equipos y utensilios; por otra parte, podrá conocer y aplicar conceptos de cocina como, mise place, operaciones básicas de cocina, preparaciones de cocina colombiana, entre otros.

En su componente técnico desarrollara habilidades en la preparación de alimentos en temas como, cortes, métodos de cocción, preparación de platos colombianos y diferentes productos dentro de la gastronomía colombiana ; por lo que el participante puede obtener conocimientos que le permitan mejorar su empleabilidad.

3.2. ACTIVIDADES DE CONTEXTUALIZACIÓN

- Identificar las diferentes técnicas de manipulación, conservación, técnicas de cocción y manejo de materias primas en la preparación de alimentos.
- Manejo básico de la terminología gastronómica
- Conocimiento de equipos y utensilios dentro de la cocina.

Descripción de la Actividad:

Actividad 1 (Taller escrito):

Ver y socializar la charla de manipulación de alimentos extractando los 7 aspectos mas importantes en higiene y manejo de materias primas

Ver los videos de equipos y utensilios, posterior desarrollar el cuadro comparativo dejado en el documento de taller.

Responder las preguntas con relación a cortes y cocción con base al material de apoyo dejado en plataforma Describir 3 tecnicas o procesos importantes al momento de manejar, productos de alto riesgo en la cocina.

3.3. ACTIVIDADES DE APROPIACIÓN

- Alistar materia prima según preparación
- Interpreta recetas
- Preparar platos colombianos de acuerdo con los estándares de la industria alimentaria

Descripción de la Actividad:

Asistir a la sesión orientada por el instructor donde se explicaran los temas de mise place, receta estándar, operaciones básicas de cocina y platos colombianos navideños

Elaborar una preparación de cocina colombiana empleando las técnicas correctas de manejo de materia

AMBIENTES:

- Salón dotado con sillas y pizarra
- Cocina dotada de estufa, mesones, utensilios, equipos y zona de lavado

MATERIALES REQUERIDOS:

- Equipos y utensilios de cocina
- Materia prima precoderá y no perecedera

3.4. ACTIVIDADES DE TRANSFERENCIA:

- Prepara platos de origen colombiano con las materias primas, equipos y utensilios requeridos en la receta.
- Presenta alimentos de origen colombiano siguiendo las tradiciones.

Descripción de la Actividad:

Elaborar un plato fuerte de cocina colombiana aplicando las técnicas aprendidas, evidenciando el buen uso de las materias primas y el uso adecuado de utensilio y equipos de cocina.

Realizar una presentación del plato acorde a los lineamientos dados

Crear un documento final con la explicación de la preparación realizada con énfasis en el uso que le dio a las materias primas y equipos de trabajo.

AMBIENTES:

- Salón dotado con sillas y pizarra
- Cocina dotada de estufa, mesones, utensilios, equipos y zona de lavado

MATERIALES REQUERIDOS:

- Equipos y utensilios de cocina
- Materia prima precadera y no perecedera

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
RAP 1 PREPARA PLATOS DE ORIGEN COLOMBIANO CON LAS MATERIAS PRIMAS, EQUIPOS Y UTENSILIOS REQUERIDOS EN LA RECETA RAP 2 PRESENTA ALIMENTOS DE ORIGEN COLOMBIANO SIGUIENDO LAS TRADICIONES Evidencias de Conocimiento: TALLER ACTIVIDAD 1	RAP 1 Y 2 • Identificar las diferentes técnicas de manipulación, conservación, técnicas de cocción y manejo de materias primas en la preparación de alimentos. • Manejo básico de la terminología gastronómica • Conocimiento de equipos y utensilios dentro de la cocina.. .	RAP 1 Y 2 LISTA DE CHEQUEO FORMULACIÓN DE PREGUNTAS/CUESTIONARIO

<p>Evidencias de Desempeño:</p> <p>ELABORAR UNA PREPARACION DE COCINA COLOMBIANA EMPLEANDO LAS TÉCNICAS CORRECTAS DE MANEJO DE MATERIA</p>		<p>VALORACIÓN DE PRODUCTO/LISTA DE CHEQUEO</p>
<p>Evidencias de Producto:</p> <p>PRESENTAR UN PLATO DE COCINA COLOMBIANA, APLICANDO LAS TECNICAS DE PRESENTACION APRENDIDAS Y MANEJO CORRECTO DEL PRODUCTO</p>		<p>VALORACIÓN DE PRODUCTO/LISTA DE CHEQUEO</p>

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

ASAR: cocinar en parrilla, hornos o sartenes a fuego alto, con un poco o nada de grasa, logrando un producto dorado por el calor, idealmente con jugosidad interna

AL VAPOR: acción de cocer alimentos con vapor.

BAÑO MARÍA: la acción de cocer de manera indirecta por medio de un baño de agua caliente.

BLANQUEAR: pasar por unos segundos por agua hirviendo e inmediatamente hacer un choque térmico con un baño frío (agua con hielos).

BRUNOISE: corte cúbico de 3 a 5 milímetros.

CONCASSÉ: corte del tomate, sin piel y sin semilla, en brunoise

ESCALDAR: pasar por agua hirviendo por corto tiempo

Freír: sumergir el aceite caliente (190 °c), ingredientes para su cocinar y conseguir una textura crocante

FONDO: caldo a base de mirepoix (zanahoria, cebolla, apio) y proteína (pescado, pollo, carne de res o cerdo).
Jardinera: corte pequeño de vegetales, de 4mm x 4 mm x 3-4 cm.

JULIANA: corte largo de vegetales según la forma del mismo.

LIGAR: lograr el espesor de una salsa agregando elementos espesantes.

MARINAR: someter generalmente proteínas crudas a ingredientes aromáticos, vinos o cerveza, sales o azúcar, para aportar sabor y aroma

MIREPOIX: corte irregular de zanahoria, cebolla y apio, usado para aromatizar fondos, salsas y otras preparaciones.

ROUX: preparación básica en la cocina, compuesta por partes generalmente iguales de mantequilla y harina

SALTEAR: cocinar en un sartén con un poco de grasa, a fuego alto y rápidamente.

6. REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS

Sánchez. (2017). IC Editorial. Aprovisionamiento de materias primas. Recuperado de:

<https://ebookcentral-proquest-com.proxy.umb.edu.co/lib/biblioumb/reader.action?docID=5350020&query=cocina+basica>

Caro. A (2017). IC Editorial. Realización, de elaboraciones básicas y elementales de cocina y asistir elaboración. Recuperado de

<https://ebookcentral-proquestcom.proxy.umb.edu.co/lib/biblioumb/reader.action?docID=5350063&query=cocina+basica>

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	NIDYA AIDEE RISCANEVO	Instructor Instructor	Centro de Desarrollo Agroempresarial	18/11/2022

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

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
--	--------	-------	-------------	-------	------------------

Autor (es)					
------------	--	--	--	--	--