

**ANEP****UTU****DIRECCIÓN GENERAL
DE EDUCACIÓN
TÉCNICO PROFESIONAL****Dirección General de Educación Técnico Profesional
Dirección Técnica de Gestión Académica
Departamento de Diseño y Desarrollo Curricular****ESQUEMA DE DISEÑO CURRICULAR**

Identificación	Código SIPE	DESCRIPCIÓN			
Tipo de Curso	058	Capacitación Profesional Inicial			
Orientación	19D	Cocina Básica			
Sector	712	Gastronomía			
Área de Asignatura	016	Arte Culinario I			
Asignatura	46951	Taller de Cocina Básica			
Modalidad	Presencial				
Perfil de Ingreso	Egresado de Educación Media Básica y mayor de 18 años de edad				
Duración	Horas totales:	Horas semanales:	Semanas		
	300	20	15		
Perfil de Egreso	<p>Las competencias adquiridas en este curso le permitirán al egresado:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Identificar y cumplir las normas de seguridad e higiene ● Seleccionar y manipular correctamente alimentos. ● Aplicar las técnicas básicas de cocina. ● Dominar el lenguaje técnico de la cocina. ● Transformar correctamente los alimentos por medio del frío y el calor. ● Preparar elaboraciones saladas sencillas en forma balanceada. ● Estandarizar porciones de acuerdo a las necesidades. ● Poner en práctica actitudes de comunicación y trabajo colaborativo. 				
Créditos Educativos y Certificación	Certificado	Capacitación Profesional Inicial en Cocina Básica			
Nº Resolución del CETP	Fecha de presentación:	Exp. Nº	Res. Nº	Acta Nº	Fecha __/__/____

Nota:

SIPE: Sistema Informatizado de Planillado Escolar – Programa Planeamiento Educativo, Área Programación de Cursos y Divulgación de la Oferta.



1. FUNDAMENTACIÓN

La gastronomía ha tenido un gran crecimiento en los últimos años tanto a nivel nacional como internacional. La sobreexposición mediática de reconocidos referentes del rubro gastronómico mediante contenidos multimedia ya sea a través un programa de televisión pasando por un canal de youtube o hasta redes sociales como pinterest o instagram; han generado un nuevo mercado con un potente futuro por delante.

A palabras de la historiadora, escritora, y experta gastronoma española Almudena Villegas:

No hace tanto tiempo que la gastronomía carecía de interés para el gran público. Era un territorio inexplorado y cosa de gourmets, un asunto extravagante y algo exótico quizás: la buena comida, más allá de la mucha comida. Sin embargo, en los últimos años, el impulso espectacular que ha disfrutado, llevándola a ser incluso objeto de entretenimiento de masas, ha introducido una cierta banalización del término. La gastronomía ha invadido el espacio público con enorme fuerza, animada por el consumo de comidas variopintas, por su utilización como sujeto de entretenimiento en diferentes espectáculos, e incluso se ha convertido en objeto de récords, de estrategias de marketing y de un gran movimiento que funcionó realmente bien para conseguir venta de productos. En realidad, nada más simple que el uso de la natural inclinación hacia el buen comer, exacerbado por el interés mercantil. Ha sido un fenómeno relevante y en cierto modo necesario, porque detrás de esta fachada se han creado tendencias de auténtico interés, las cuales han implicado a muchos sectores, desde cocineros a productores e investigadores.¹

La cocina (tanto de elaboraciones dulces como saladas) es una de las principales áreas de la gastronomía que se ha visto afectada por estos cambios, los cuales sin lugar a dudas se ven reflejado en el mercado laboral actual ya que no solo es de interés de cocineros, si no que es centro de atención de diversos especialistas quienes realizan variados aportes a la misma, fomentando así un mercado cada vez más dinámico y competitivo. Por ello, no es suficiente la formación en el oficio, si no también es necesaria la formación técnico-tecnológica para poder conocer, por ejemplo, las transformaciones que sufren los alimentos antes, durante y después de cocidos; la normativa vigente en cuanto a sanidad, seguridad e higiene

¹ Extraído de *Ciencias de la Gastronomía. Teoría y Método*. Editorial Almuzara. Año 2019.



alimentaria; valor nutricional, sobre la base del conocimiento de las técnicas básicas que hacen a la cocina.

Esta capacitación propone brindar a los estudiantes los conocimientos básicos en todo lo referente al área de la cocina (salada), tanto teóricos como prácticos, con una gran énfasis en estos últimos pero sin descuidar los fundamentos necesarios para entenderlos y ejecutarlos de forma correcta. Su centro será la formación técnico-tecnológica, es decir, el correcto desarrollo de habilidades y destrezas que posibiliten la idoneidad y la resolución práctica de las técnicas básicas que hacen a la cocina con sus fundamentos correspondientes.

Esta capacitación le permitirá al estudiante posicionarse de forma competitiva en el mercado laboral actual ocupando un puesto en el área operativa mediante la adquisición de destrezas sólidas propias del área de la cocina pudiendo reflexionar de forma crítica en su proceder.



(1)

(2)

2. OBJETIVOS

2.1. OBJETIVO GENERAL

- Adquirir técnicas básicas sólidas propias del área de la cocina.

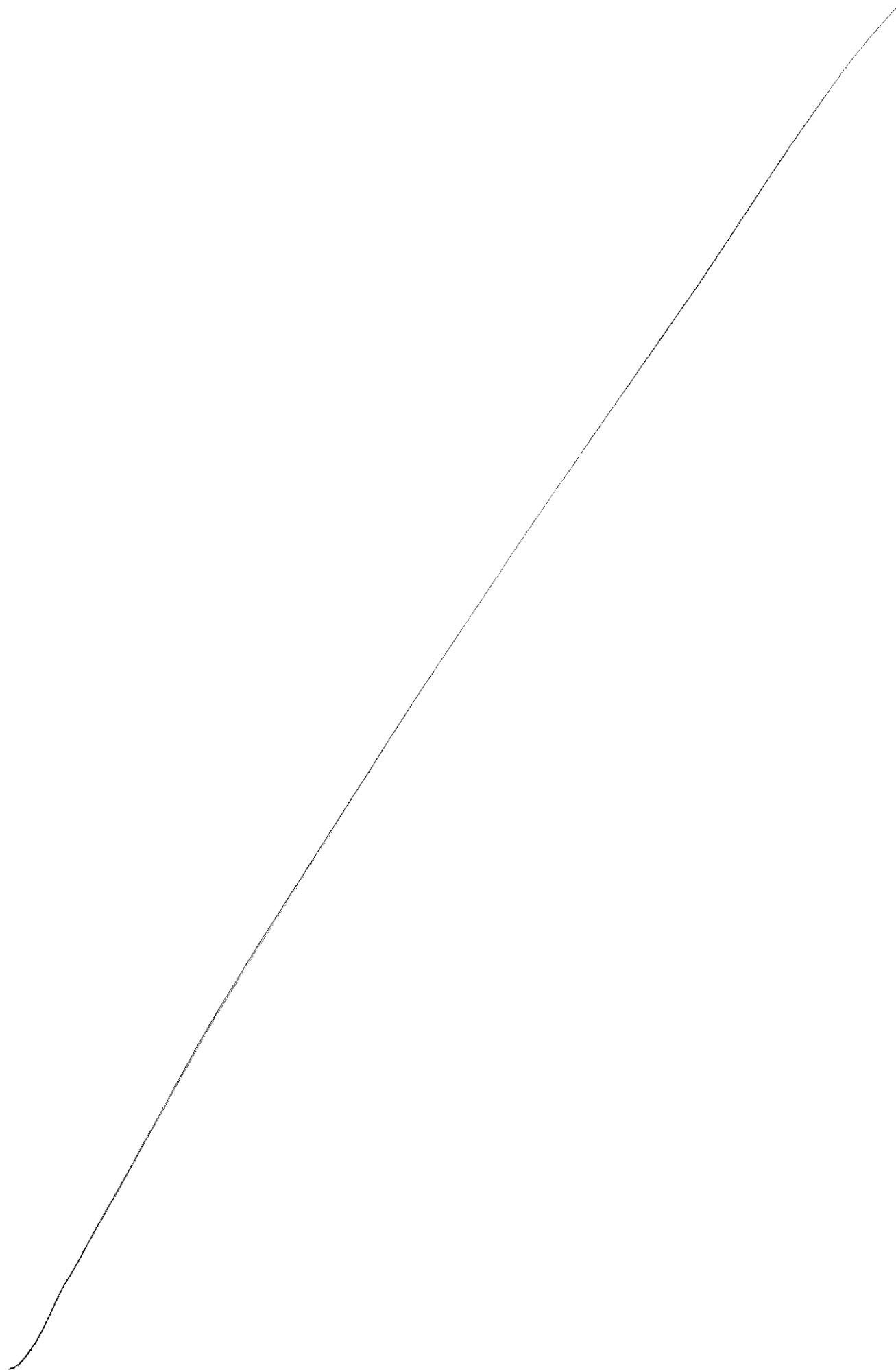
2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar y cumplir estrictamente las normas de seguridad e higiene.
- Desarrollar competencias básicas a nivel técnico y tecnológico en el área de la cocina.
- Conocer el lenguaje técnico adecuado para la cocina.
- Poner en práctica actitudes de comunicación y trabajo colaborativo (brigadas).

3. PERFIL DE EGRESO

Una vez aprobada la capacitación el estudiante será capaz de:

1. Identificar y cumplir las normas de seguridad e higiene
2. Seleccionar y manipular correctamente alimentos.
3. Aplicar las técnicas básicas de cocina.
4. Dominar el lenguaje técnico de la cocina.
5. Transformar correctamente los alimentos por medio del frío y el calor.
6. Preparar elaboraciones saladas sencillas en forma balanceada.
7. Estandarizar porciones de acuerdo a las necesidades.
8. Poner en práctica actitudes de comunicación y trabajo colaborativo (brigadas).



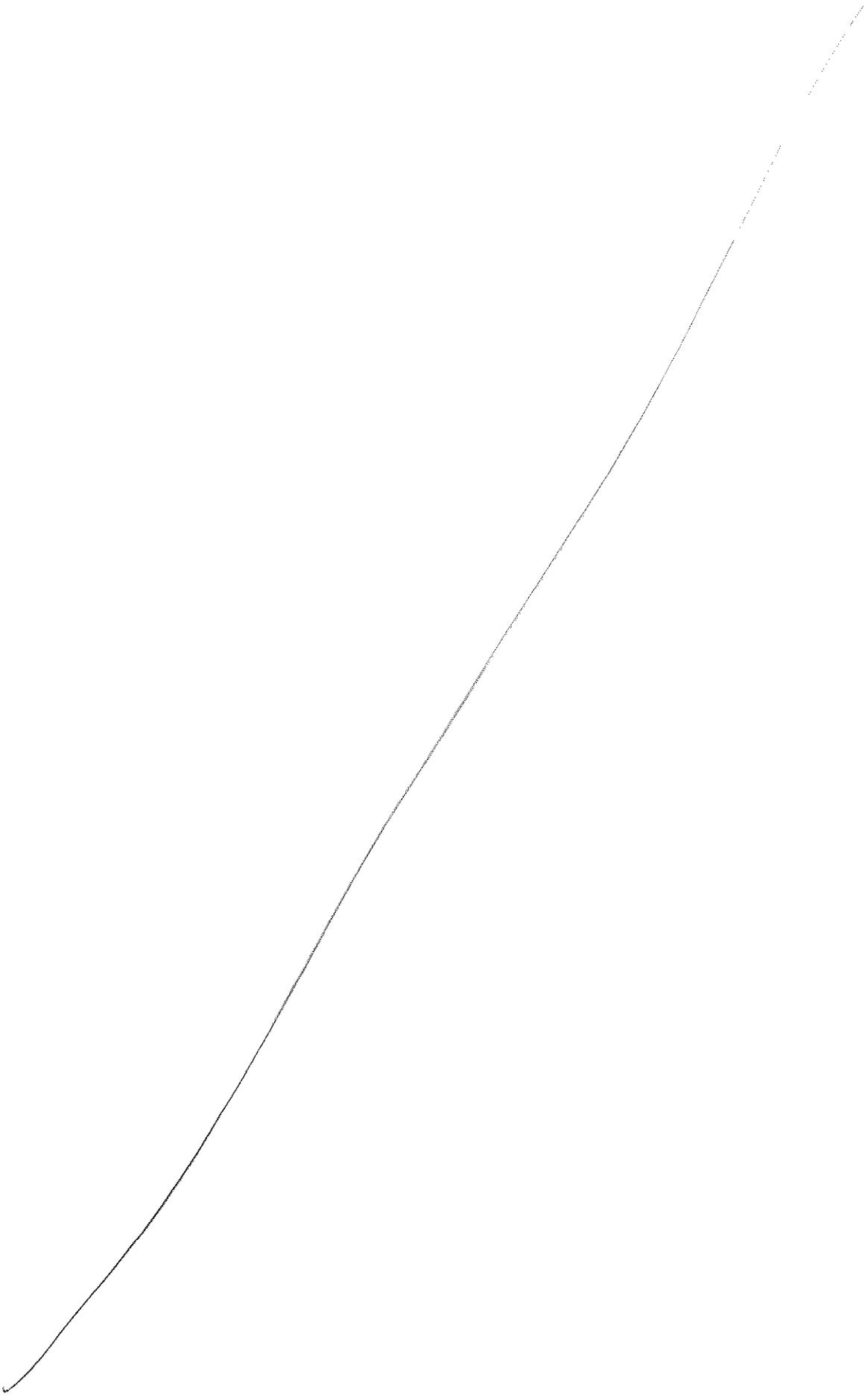
0

0

4. CONTENIDOS

(Horas Totales: 300, Horas por semana: 20, Semanas totales: 15)

Unidad	Contenidos	Horas
Introducción	Manipulación de alimentos. BPM - POES Técnicas de limpieza y desinfección. Seguridad laboral Herramientas y utensilios de trabajo. Identificación del área de trabajo, herramientas y utensilios. Diseño de Poes. Limpieza general. Métodos de cocción	20
Fondos, sopas y salsas	Guarniciones aromáticas Fondo oscuro Fondo claro Fumet Caldo de vegetales Salsas madres y derivadas Sopas, cremas y potajes.	20
Vegetales	Cortes Salteados, grillados, fritos, asados, confitados Tortillas Milhojas Ahuecados rellenos Flanes y budines Soufflés	40
Huevos	Sin cascar. Cascados enteros y batidos. Duros, fritos, escalfados, en cocotte, revueltos, omelette. Aplicaciones durante toda la capacitación	10
Cereales y pseudocereales	Arroz: pilaf, risotto, croquetas Maíz: polenta y aplicaciones Aplicaciones con: mijo, trigo (burgol, cous cous, sémola) Quinoa	20
Pastas	Masa: al huevo, de verduras, hierbas y/o especias, estampada y fantasía. Simples: tagliolini, tagliatelle, pappardelle, farfalle. Rellenas: ravioles, ravioles, panzottis, sorrentinos, tortellini, capellettis, agnolottis, canelones, lasagna. Gnocchis: de papa, de verdura, malfattis. Crêpes Fritas, al horno, hervidas.	50

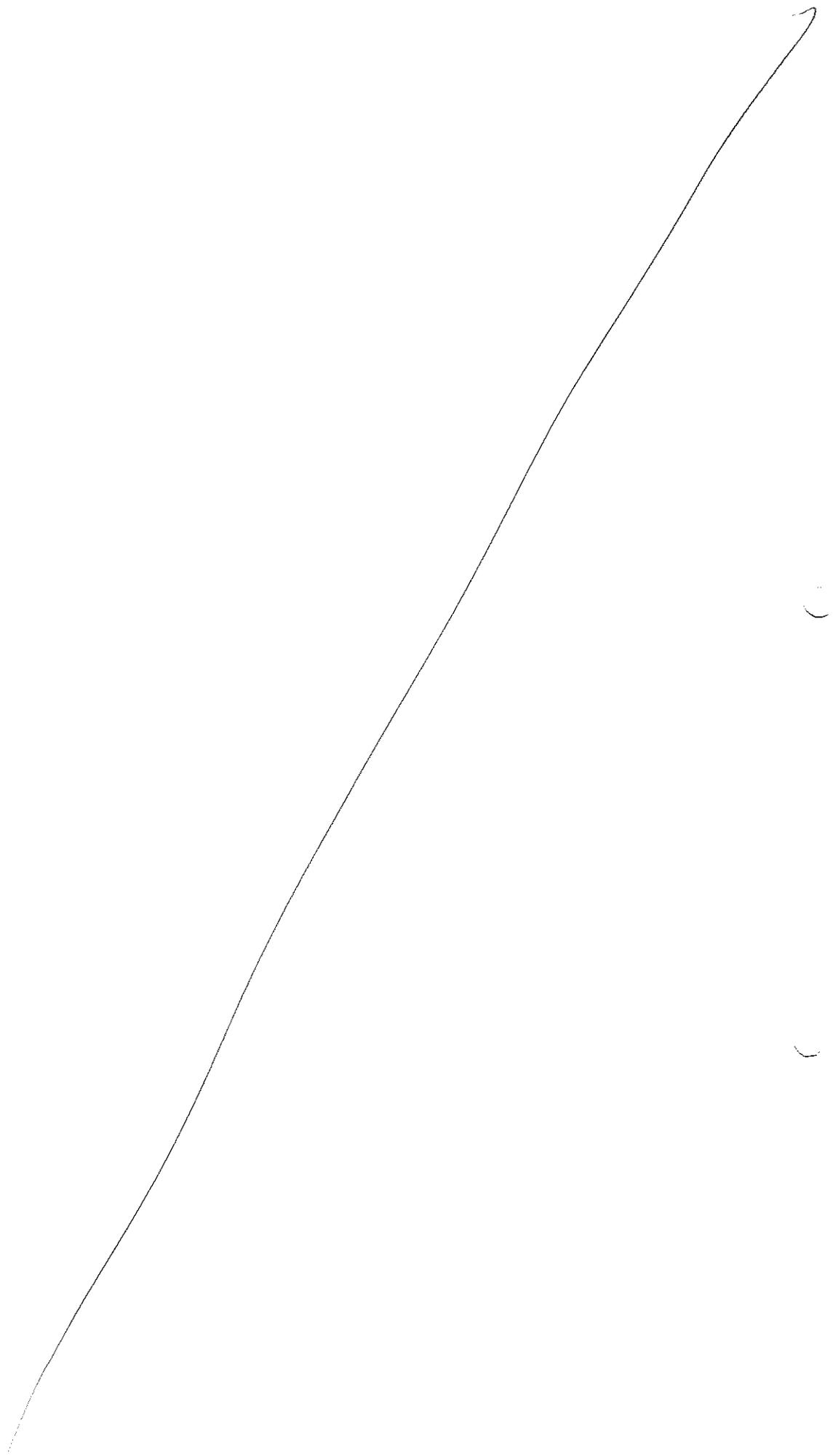


0

0

Leguminosas	Soja, porotos, arvejas, lentejas, garbanzos. Aplicaciones en: cazuelas, hamburguesas, croquetas y budines.	20
Carne vacuna	Aplicación de los principales cortes del cuarto trasero y delantero con y sin hueso: aguja, pecho y falda, asado, paleta, ojo de bife, matambre, vacío, entrecot, lomo, nalga, cuadril, tapa y colita de cuadril, cadera, peceto, ossobuco. Rellenos, mechados, empanados, marinados, etc. A la cacerola, a la plancha, asados, grillados, etc.	40
Carne suina	Aplicación de cortes principales: bondiola, pechito, codillos y jarret, carré, costillas, solomillo, matambrito, pernil. Rellenos, mechados, empanados, marinados, etc. A la cacerola, a la plancha, asados, grillados, etc.	10
Carne ovina	Aplicación de cortes principales: paleta, rack, gigot.	10
Vísceras	Vacunas u ovinas. Aplicación de: mollejas, mondongo, lengua, riñones, corazón.	10
Aves	Aplicación de carne de pollo. Entero, deshuesado y relleno (ballotina - galantina). En cuartos: pechuga y suprema; pata muslo; alas.	20
Pescados	Aplicación de pescados planos y cilíndricos. Fileteado y despinado Rellenos, empanados, marinados, etc. A la cacerola, a la plancha, asados, grillados, fritos, en papillote, etc.	10
Mariscos	Limpieza y aplicaciones de moluscos (mejillones, almejas, berberechos, calamar) y de crustáceos (gambas, langostinos, camarones, etc.)	10
Evaluación final	Presentación de una elaboración a criterio del docente en base al desarrollo del curso.	10
Total		300

Observación: Los contenidos teóricos correspondientes a cada unidad se abordarán de forma integral durante el dictado de la misma, considerando que el curso debe centrarse en la práctica de las técnicas culinarias.



5. PROPUESTA METODOLÓGICA

En la planificación y desarrollo de la capacitación el docente:

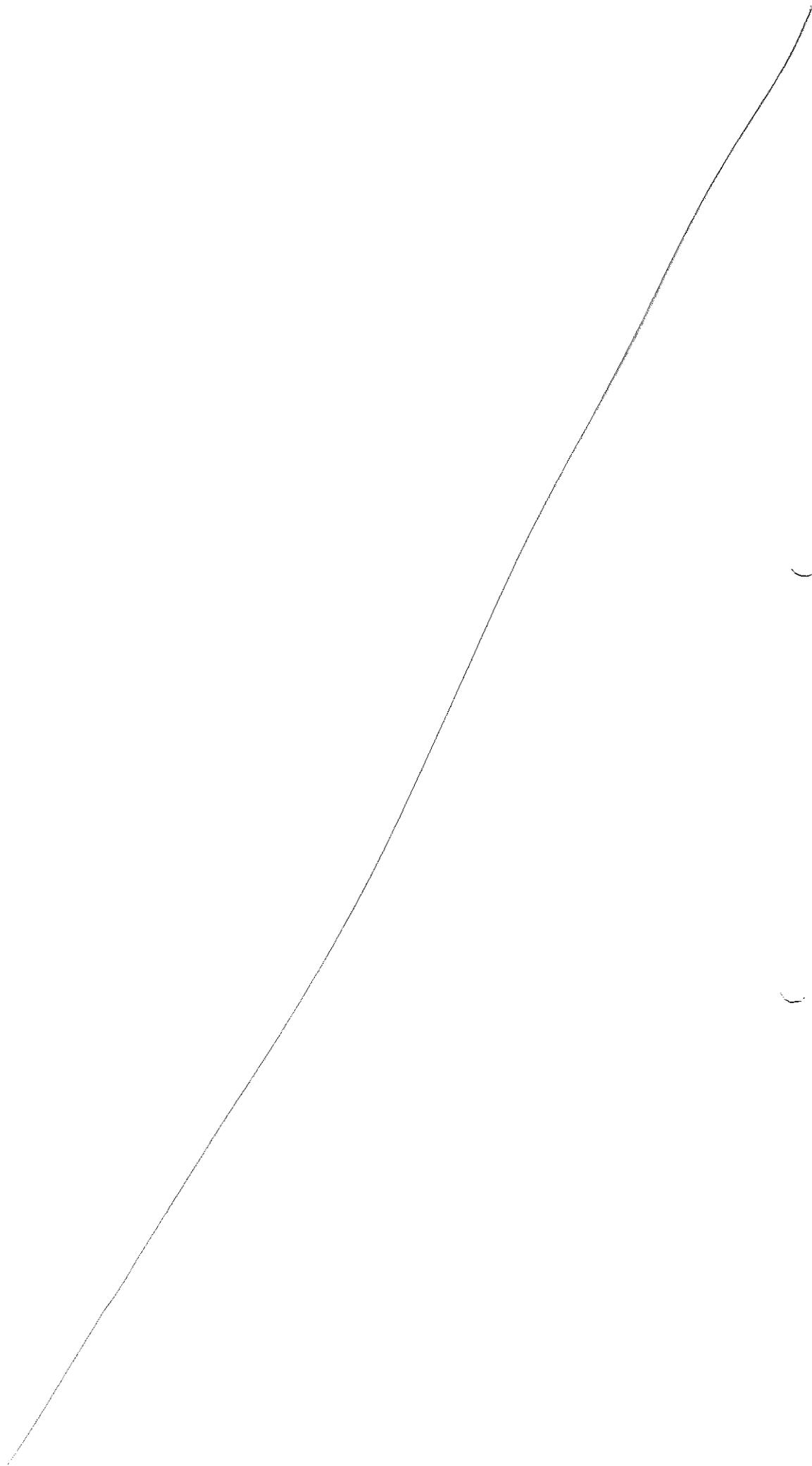
- Realizará las demostraciones correspondientes a cada nueva técnica básica, armado y presentación en cada elaboración, estandarizando porciones.
- Tomará en cuenta la situación económica, social y cultural, para contextualizar las diferentes elaboraciones como también los ingredientes a utilizar.
- Enmarcará la práctica con la información tecnológica correspondiente y hará referencia constantemente a las buenas prácticas, utilizando la demostración como estrategia de apertura de clase.
- Creará responsabilidad en el cuidado y manejo adecuado de los alimentos, así como la higiene personal, de equipamientos, máquinas y utensilios.
- Actualizará los contenidos teóricos en base a la última bibliografía existente.
- Considerará los avances de las técnicas culinarias a efectos de ofrecer al estudiante una formación actualizada acorde a la realidad del momento.
- Recurrirá al uso de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) para enriquecer sus prácticas.
- Fomentará una evaluación formativa y por tanto continúa; atendiendo contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales.

6. EVALUACIÓN

La evaluación posee un enfoque que toma como eje la formación integral del estudiante desde una visión **formativa** y por tanto continúa; atendiendo los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales; donde confluyen el campo educativo y el laboral. Se fomentará en el estudiante: el trabajo colaborativo, la reflexión, la autonomía, el respeto por el otro, la seguridad y la confianza; propiciando así este tipo de evaluación.

La retroalimentación estará presente durante todo el proceso de evaluación, recomendando el uso de rúbricas, donde el estudiante sea participe en su elaboración, conociendo previamente: qué se evaluará, cómo se hará y con qué niveles; como también las posibles formas de mejorar su trabajo para alcanzar la meta perseguida.

Ejemplo de rúbrica básica:



Crterios/Niveles	Nivel 3	Nivel 2	Nivel 1
Manipulación de alimentos	Manipula los alimentos, equipos y utensilios respetando todo el tiempo las normas de seguridad e higiene.	Manipula los alimentos, equipos y utensilios respetando la mayor parte del tiempo las normas de seguridad e higiene.	No respeta las normas de seguridad e higiene durante la manipulación de los alimentos, los equipos y los utensilios.
Mise en place	Realiza una correcta mise en place.	La mise en place presenta aspectos a mejorar.	No realiza mise en place.
Técnicas culinarias	Demuestra dominio de todas las técnicas culinarias presentes en la elaboración.	Demuestra dominio de la mayoría de las técnicas culinarias presentes en la elaboración.	No demuestra dominio de las técnicas culinarias presentes en la elaboración.
Trabajo colaborativo	Trabaja de forma colaborativa en la brigada.	Se evidencia poco trabajo colaborativo en la brigada.	Debe mejorar el trabajo colaborativo en la brigada.
Emplatado y presentación	Se evidencia un correcto emplatado y una presentación acorde a la elaboración.	Solo se evidencia un correcto emplatado o una presentación acorde a la elaboración.	No se evidencia un correcto emplatado ni una presentación acorde a la elaboración.
Degustación	Las características organolépticas son acordes a la elaboración.	Las mayoría características organolépticas son acordes a la elaboración.	Debe mejorar las características organolépticas de la elaboración.

La **aprobación** del curso estará regida por el Reglamento de Evaluación de los Cursos de Capacitación Básica, Exp. 6275/08, Res. 2237/08, siendo del tipo que se **aprueba POR CURSO** (régimen de evaluación). Una vez abordadas todas las unidades del curso, el docente realizará una evaluación final, la cual formará parte del proceso de evaluación (formativa) junto al resto de las evidencias que fueron recogidas durante el dictado de la capacitación. La calificación final **CONCEPTUAL** (entre 1 y 12) será reflejo de dicho proceso, teniendo presente que el mínimo de aprobación es siete (7). Según el Reglamento se pueden dar las siguientes situaciones:

- Calificación final de **7, 8, 9, 10, 11 o 12 - APROBADO**
- Calificación final de **1, 2, y 3 - NO APROBADO** (sin derecho a examen)
- Calificación final de **4, 5 y 6 - Derecho a dos instancias de examen²** con dos posibilidades:
 - Si el **promedio** entre la calificación final y la del examen es **7, 8, 9, 10, 11 o 12, APROBADO.**
 - Si el **promedio** entre la calificación final y la del examen es **1, 2, 3, 4, 5 o 6, NO APROBADO.**

² La primera inmediatamente de finalizado el curso y la segunda en un plazo no mayor a 15 días.



1

1

7. MATERIALES Y EQUIPAMIENTO

Aula Taller equipada con:

- un espacio para dejar mochilas y abrigos
- mesadas con 4 piletas (agua fría y agua caliente)
- calefón
- mesas para trabajar con comodidad en forma simultánea los 20 alumnos/20 asientos
- equipo de extracción de vahos, temperaturas y humos
- 6 anafes (hornallas)
- 1 horno convector / vapor de 4 a 8 bandejas con soporte y guías de 6 a 10 bandejas (tamaño del horno)
- 6 bandejas (tamaño del horno)
- 6 bandejas gastronorm (tamaño)del horno
- 1 heladera con freezer
- paredes recubiertas de azulejos, de acuerdo con la normativa vigente
- pisos fáciles de limpiar, antideslizantes
- iluminación adecuada para garantizar la limpieza del local y controlar la calidad de los alimentos.
- ventilación natural y ventanas protegida por mosquiteros
- instalación eléctrica y sanitaria adecuada, calculada en base a los distintos equipos a utilizar, ajustándose a la normativa vigente.

Herramientas y útiles sugeridos:

- 1 balanza con diferencia de 1 gramo
- 1 freidora, 3 litros
- 1 plancha lisa
- 1 plancha ranurada
- 1 microondas
- 2 batidoras, 1 amasadora - mezcladora capacidad 5 litros
- 2 batidoras de mano
- 2 licuadoras



()

()

- 2 procesadoras
- 2 mixer
- 6 tablas blancas para picar
- 6 cuchillas de oficio (20 cm hoja aprox)
- 6 cuchillas
- 2 cuchillas dentadas (finas)
- 6 pelapapas
- 6 sartenes chicos (teflón)
- 6 sartenes medianos (teflón)
- 4 cacerolas 20 cm
- 4 cacerolas 22 cm
- 4 cacerolas 24 cm
- 4 ollas 20 cm
- 4 ollas 22 cm
- 4 ollas 24 cm
- 2 ollas para cocinar pastas
- 2 ollas a presión. 10 a 12 litros aprox.
- 6 espátulas de silicona
- 2 pinceles de silicona
- 5 espumaderas
- 5 cucharones
- 1 colador chino
- 3 coladores “ de pasta”
- 6 bols acero inoxidable grandes
- 6 bols acero inoxidable medianos
- 6 bols acero inoxidable chicos
- 6 batidores acero inoxidable medianos
- 1 juego de vajilla para 24 personas con servicio de té
- 1 juego de cubertería para 24 personas con cubiertos para postre
- 4 torteras 20 cm, fondo fijo
- 4 torteras 22 cm, fondo fijo



()

()

- 4 torteras 24 cm, fondo fijo
- 4 torteras 20 cm, fondo móvil
- 4 torteras 22 cm, fondo móvil
- 4 torteras 24 cm, fondo móvil
- 6 budineras
- 6 moldes budín de pan
- 24 platinas para servicio (12 redondas, 12 rectangulares)
- 2 abrelatas con saca corchos y destapador
- 1 mandolina
- 6 cortantes redondos grandes
- 6 cortantes redondos medianos
- 6 cortantes redondos chicos
- 1 docena de cortantes varios
- 1 maquina para pastas (tallarines)
- 1 docena de punteros varios para decorar
- 1 docena de mangas para decorar
- 6 palotes medianos
- 6 pinzas de chef
- 4 jarras medidoras
- 4 juegos de tazas y cucharas medidoras
- 1 exprimidor
- 2 tijeras gastronómicas en acero inoxidable
- 1 caldera

61

62

8. BIBLIOGRAFÍA

- Grüner, H., Mentz, R., Gil, A. (1999). Procesos de cocina. Madrid, España. Akal (2008).
- IMPO (1994). Reglamento Bromatológico Nacional, Decreto 315/994. Montevideo, Uruguay.
- Instituto Nacional de Carnes. Manual de carnes alternativas. Montevideo, Uruguay.
- Instituto Nacional de Carnes. Manual de carnes bovina y ovina. Montevideo, Uruguay.
- Koppmann, M., (2013). Nuevo manual de gastronomía molecular. El encuentro entre la ciencia y la cocina. Buenos Aires, Argentina. Siglo veintiuno.
- Mc Gee, H. (1984). La cocina y los alimentos. Estados Unidos. Debate.
- Rodríguez, A., (2008). Gran Manual de Técnicas de Cocina. Buenos Aires, Argentina. Atlántida.
- Wright, J., Treuillé, E. (1997). Guía completa de las Técnicas Culinarias. Barcelona, España. Blume (2017)

