



A.N.E.P.
Consejo de Educación Técnico Profesional
(Universidad del Trabajo del Uruguay)

ESQUEMA DE DISEÑO CURRICULAR

DEFINICIONES	
Tipo de Curso	Capacitación Profesional Básica
Orientación	Cocina Wok
Perfil de Ingreso	Egresados de Educación Primaria y 15 años de edad.
Duración	60 hs
Perfil de Egreso	Las competencias adquiridas en este curso le permitirán al egresado, manejar diferentes técnicas para la utilización del "Wok", como herramienta base.
Crédito Educativo	Capacitación Profesional Básica en Cocina Wok
Certificación	Certificado



A.N.E.P.
Consejo de Educación Técnico Profesional
(Universidad del Trabajo del Uruguay)

	DESCRIPCIÓN	CÓDIGO
TIPO DE CURSO	CAPACITACIÓN PROFESIONAL BÁSICA	058
PLAN:	2007	2007
ORIENTACIÓN:	COCINA WOK	221
SECTOR DE ESTUDIOS:	GASTRONOMÍA	16
AÑO:	ÚNICO	00
MÓDULO:	N/C	N/C
ÁREA DE ASIGNATURA:	ARTE CULINARIO I	016
ASIGNATURA:	TALLER DE COCINA WOK	4702
ESPACIO CURRICULAR:	N/C	N/C

TOTAL DE HORAS/CURSO	60 HS
DURACIÓN DEL CURSO:	6 SEM
DISTRIB. DE HS /SEMANALES:	10 HS

FECHA DE PRESENTACIÓN:	11.12.08
FECHA DE APROBACIÓN:	5.2.09 Exp 7197/09
RESOLUCIÓN CETP:	Acta 219 Res 51/09

PROGRAMA PLANEAMIENTO EDUCATIVO
ÁREA DISEÑO Y DESARROLLO CURRICULAR

FUNDAMENTACIÓN:

Pretende conocer parte de la impronta China, siendo el Wok su instrumento básico. Esta modalidad de cocción es utilizada en las prácticas profesionales que desean resaltar los distintos alimentos, destacando sus beneficios nutricionales. Desarrolla la creatividad en la aplicación específica del Wok.

OBJETIVOS:

Se busca que el alumno:

- Adquiera la técnica del Wok.
- Planifique y cree preparaciones utilizando las operaciones incorporadas y pueda desarrollar la autocrítica.
- Seleccione adecuadamente los alimentos y los tiempos de cocción.

CONTENIDOS:

I- Introducción 5 horas

- Generalidades de la utilización del Wok.
- Herramientas : wok -trébede – pala – tapa combada – escobilla de bambú – vaporera de bambú – fuegos a gas - tapas – cuchillas – palas de madera – bandejas -

II- Métodos de cocción 5 horas

- Salteado o Stir fry (importancia de “ Mise place”.
- Fritura (textura de los alimentos)
- Vapor (conservación de vitaminas y minerales)
- A la cacerola (sopas – guisos – estofados)

III-Verduras – Salsas- Frutas 20 horas

- Salsas: preparación (fondos- vegetales) agentes espesantes
- Vegetales : selección - cortes-
- hierbas aromáticas aderezos – condimentos-
- Frutas : variedad – selección – corte –

IV- Cereales y Leguminosas 10 horas

- Selección – preparación –
- Sugeridos: brotes de soya, bambú, alfalfa, rabanito – arroz – sésamo - fideos celofán - fideos chinos de trigo – porotos soya – tofu.

V- Carnes 20 horas

- Cerdo – ave – cordero- pescados- mariscos –
- Selección y preparación de cortes de acuerdo a la elaboración.

Las unidades se intercalarán con criterio de organizar la propuesta.

METODOLOGÍA:

Se realizará demostraciones por parte del Docente correspondiente a cada técnica operativa junto con la información tecnológica.

Se fomentará la autoevaluación y la autocrítica.

Se comprometerá al alumno en los cuidados de las herramientas.

EVALUACIÓN:

Evaluación final por examen.

Al finalizar se realizará una evaluación teórica práctica, aplicando los contenidos del curso y los progresos individuales y grupales.

BIBLIOGRAFÍA:

- Cocina Wok – De lee T. Furikake – editorial imaginador.
- 365 recetas para Wok – Incola Graims
- Wok y cocina Oriental (recetas paso a paso)- editorial Parragón
- La cocina Wok – Sara Gianotti – editorial Devecchi