



**PROGRAMA PLANEAMIENTO EDUCATIVO  
DEPARTAMENTO DE DISEÑO Y DESARROLLO CURRICULAR**

		PROGRAMA			
		Código en SIPE	Descripción en SIPE		
<b>TIPO DE CURSO</b>		050	Curso Técnico Terciario		
<b>PLAN</b>		2017	2017		
<b>SECTOR DE ESTUDIO</b>	<b>DE</b>	610	Administración, comercialización y servicios		
<b>ORIENTACIÓN</b>		39N	Gastronomía		
<b>MODALIDAD</b>		----	Nacional		
<b>AÑO</b>		---	---		
<b>TRAYECTO</b>		---	---		
<b>SEMESTRE</b>		I	I		
<b>MÓDULO</b>		---	---		
<b>ÁREA DE ASIGNATURA</b>		3301	EST Gastronomía		
<b>ASIGNATURA</b>		06101	Cocina I		
<b>CREDITOS</b>		---	16		
<b>ESPACIO o COMPONENTE CURRICULAR</b>		Componente Tecnológico			
<b>MODALIDAD DE APROBACIÓN</b>		Según Anexo de Repag			
<b>DURACIÓN DEL CURSO</b>		Horas totales: 160	Horas semanales: 10		Cantidad de semanas: 16
Fecha de Presentación: 28-08-2017	Nº Resolución del CETP	Exp. Nº	Res. Nº	Acta Nº	Fecha __/__/__

## FUNDAMENTACIÓN

Técnica. Ciencia. Arte. Actualidad

La Tecnicatura en Gastronomía, se enmarca en los lineamientos presentados en el Reglamento de la Educación Superior Terciaria del CETP-UTU, de “...ofrecer una educación tecnológica pertinente, de calidad, en concordancia con los lineamientos e identidad institucional...”<sup>1</sup>, teniendo como referencia el CTT Binacional de Gastronomía.

El presente plan de estudios, no solo responde a una necesidad común, la formación de perfiles cualificados en el área de gastronomía- cocina, que respondan a los retos actuales de la profesión, basados en un enfoque inter y transdisciplinario, abarcando la técnica, la ciencia y el arte de la gastronomía, ejes articuladores de los contenidos curriculares, sino que se presenta como una oportunidad de integración territorial, cultural, social, educativa, ambiental y económica.

El estudiante no solo podrá trabajar operativamente en una cocina, sino que poseerá una sólida formación que le permitirá participar en la organización con estrategias para diseñar, implementar y supervisar procesos de cocina, servicios gastronómicos y/o empresas del sector gastronómico alimentario.

Se analizarán los elementos y requerimientos que componen una cocina así como también los procesos de servicio (necesidades, expectativas y costos), fundamentales para la calidad de establecimientos de alimentos y bebidas.

Los docentes guiarán los procesos de aprendizaje, estimulando el desarrollo de las habilidades, destrezas, actitudes y conocimientos de la profesión, en el marco interdisciplinario que promueva la relación entre las áreas del conocimiento.

Cocina I, aborda atravesando como contenido eje, los fundamentos de cocina, describiendo las materias primas clásicas y las utilizadas en la cocina moderna. Nos

---

<sup>1</sup> Reglamento de la EST del CETP-UTU. Cap 1 Art. 2

introduce en un mundo de sensaciones a través de los perfiles del sabor. Se comienza con los procesos de cocina, aplicados a géneros alimentarios en crudo y sus transformaciones por medio del calor.

### COMPETENCIAS

- Manipula y mantiene los diferentes equipos, instrumentos, máquinas y herramientas para el desarrollo de la profesión
- Aplica las normas de higiene, almacenamiento, cadena de frío y embalaje de los diferentes productos de su área.
- Aplica los fundamentos de cocina en diferentes elaboraciones de acuerdo al género alimentario utilizado
- Promueve acciones la protección del medio ambiente, la seguridad alimentaria y la seguridad laboral.
- Organiza su trabajo, maneja mise en place, desarrolla procesos de cocina
- Reconoce organolépticamente estado de frescura de los géneros alimentarios.
- Transforma los alimentos por acción del frío y/o calor
- Determina calidad y cantidad en la compra de insumos
- Define y calcula los insumos que necesita

### CONTENIDOS

1. Fundamentos de cocina	20 horas
2. Materias primas	10 horas
3. Perfiles del sabor	5 horas

4. Procesos de cocina	10 horas
5. Productos lácteos	5 horas
6. Frutas y vegetales	30 horas
7. Huevos	10 horas
8. Fondos, sopas y salsas	20 horas
9. leguminosas	10 horas
10. Cereales	20 horas
11. pastas secas y frescas simples	10 horas
12. Evaluación	10 horas

1.- Fundamentos de cocina:

- Deontología profesional. Personal de cocina. El cocinero en el medio local e internacional. Análisis comparativo Brasil-Uruguay
  
- Imagen personal:
  - Higiene
  - Indumentaria
  - Cualidades
  - Brigadas
  
- Estructura física: la cocina
  - Origen y evolución de las cocinas
  - Organización de la cocina profesional, instalación y diseño
  - Áreas de trabajo, orden, operaciones
  - EQUIPOS DE COCINA
    - Utensilios de mano, cuchillería
    - Herramientas, instrumentos de medición
    - Máquinas
    - Equipamientos ( sector de recepción, preparación, lavado, desinfección, frío, fuegos)
    - Infraestructura
    - Metales y materiales de cocina

- Salud y Seguridad
  - Inocuidad alimentaria. Sistema de seguridad de los alimentos
  - Marco normativo
  - Toxicología. Contaminaciones: ETAS. Agentes causantes, prevención y control
  - Normas HACCP
  
- Seguridad e higiene
  - Utensilios
  - Herramientas
  - Máquinas
  - Equipamientos
  
- Higiene alimentaria
  - Productos de limpieza
  
- Restaurantes e instituciones

## 2. MATERIAS PRIMAS

Clásicas y de la cocina moderna

- Naturaleza : DISPONIBILIDAD mapeo productivo
- Tendencias, técnicas de gestión de tiempo, aspectos de control, compra y almacén
- Almacenamiento, sistema PEPs
- Ingredientes clásicos: descripción, valor nutritivo, utilización, temperaturas.
- Ingredientes de la cocina moderna, sales, alginatos, geles-gelatinas, garragar, pectinas y agentes gelificantes, azúcares, lecitina, gluten, goma xántica, goma guar...
- Hierbas aromáticas y especias.
- Productos alimentarios industrializados

- Manipulación en crudo y procesamiento de alimentos
  - Reconocimiento. Calidad. Aplicaciones
  - Alimentos modificados
  - Productos gourmets
- 
- Vocabulario técnico

### 3.- PERFILES DEL SABOR

Un mundo de sensaciones.

Los sentidos. Combinar gustos (sabores), sensaciones químicas al paladar. Interacciones en el acto de comer: color; gusto y aroma, textura.

Evaluación y análisis sensorial (cata) de hierbas aromáticas y especias

### 4.- PROCESOS DE COCINA

- Fichas técnicas. Estandarización de recetas
- Cortes internacionales
- Utilización de cuchillería
- Métodos de cocción tradicionales y modernos. El calor y la temperatura.
- Transferencia de calor: conducción, convección, radiación. Microondas
  - Rehogar, brasear, hornear, freír, hervir, escalfar, pochar, asar, vapor, confit, grill, parilla...
  - Cocción al vacío, por microondas
- Medios de cocción
- Transformación de aspecto exterior, extracción de jugos, desarrollo de aromas y sabores.

### 5.- PRODUCTOS LÁCTEOS

- Biología y química de la leche. Leches. Características, valor nutritivo. Almacenamiento y conservación
- Productos lácteos fermentados y no fermentados.
- Quesos; descripción, clasificación, cualidades y aplicaciones
- Cata

## 6.- FRUTAS y VEGETALES

Origen, estructura, clasificación según color; parte comestible; valor nutritivo.

- Manejo, almacenamiento, deterioro, atmósfera controlada y control de temperatura
- Reconocimiento de frutas y verduras clásicas y exóticas
- Selección, limpieza, lavado, desinfección y conservación de vegetales
- Modificaciones por: corte (oxígeno), frío y/o calor. Sustancias químicas intervinientes.
- Conservas de frutas y verduras
- Hierbas aromáticas, especias. Adobos, currys y masalas
- Mise en place. Área de trabajo
- Actividades prácticas:
- Cortes
  - julienne, brunoise, paysanne, mirepoix, jardiniere, macédonie, concassé, chiffonnade, ciseler, emincé, hacher, concassé, perlas, vichy, sifflets (bais), bouquetière (olivette), diente de ajo.
- Cocciones
  - A la inglesa, a blanco, a la italiana, sudar, microondas, horno, glaceadas, confitadas.
  - Cambios de color: clorofila, carotenoides, antoxantinas-antociacinas, betalainas, Compuesto polifenólicos, taninos
- Aplicaciones culinarias: tallados sencillos, vegetales al natural, fritos, ensaladas, rellenos, flanes, budines, patés, purés, grillados y en conserva
- Frutas al natural, rellenas, en almíbar, macedonia, brochettes, al horno, grilladas
- Guarniciones
- Ensaladas frías y calientes.
  - Clasificación, variantes.
  - Aceites, vinagres. Historia, etimología, tipos: neutros, aromáticos, infusionados. Producción regional
  - Combinación de sabores, aderezos y aliños.

- Papa:
  - Origen, variedades, valor nutritivo. Almacenamiento y conservación.
  - Presentaciones industrializadas
  - Cortes: paille, allumette, bastón, pont-neuf, rissolée (Parmentier), chip (española), rejilla, noisette, París, champignon, olivette (aceituna), cocotte, inglesa, château, fondant.
  - Purés clásicos y variantes
  - Elaboraciones aplicadas a los cortes.
  - Medios de cocción. Características de las materias grasas, puntos de fusión, temperaturas

## 7.- HUEVOS

- Biología y química del huevo, composición. Variedades, clasificación, valor nutritivo. Tiempos, temperaturas y texturas.. Calidad, manejo y seguridad. Se recomienda no consumir huevos crudos o que no hayan alcanzado en el centro 65° de temperatura, exceptuando los huevos pasteurizados.
- Transformaciones y funciones: coagulación de las proteínas, ligazón, estabilización de las proteínas (aireado: espumas y merengues), clarificación. Emulsiones
- Métodos de cocción
- Aplicaciones culinarias: platos básicos: poché, frito, revuelto, mollets, duro, a la florentina, omelettes, tortillas

## 8.- FONDOS, SALSAS y SOPAS

### Fondos

- Clasificación, composición (proteínas, líquidos, espesantes, saborizantes, ligas, aromáticos, saborizantes. Fondos claros, oscuros y fumet.

### Salsas



- Definición. Historia. Composición. Clasificación de acuerdo a su composición y a su temperatura de servicio. La ciencia de las salsas: sabor y consistencia. Espesantes, gelatinas.
  - Salsas madres y derivadas. Frías y calientes. Aplicación de fondos
  - Pequeñas salsas básicas
  - Gratinados y soufflés (dulces y salados)

### Sopas

- Definición. Historia. Composición. Clasificación de acuerdo a su composición y a su temperatura de servicio.
  - Sopas clásicas y modernas. Frías y calientes
  - Atados aromáticos. Mirepoix
  - Guarniciones

## 9.-LEGUMINOSAS

Origen. Estructura y composición. Clasificación, características. Brotes. Derivados. Valor nutritivo. Hidratación.

Cocción: métodos y de vanguardia.

La soja y sus transformaciones

- Aplicaciones culinarias dulces y saladas: al natural, ensaladas, guarniciones, purés, budines, flanes, cazuelas, humus. ..

## 10. CEREALES

- Origen, clasificación, estructura y composición del grano. Tipos de cereales: trigo, maíz, cebada, centeno, avena, sorgo, mijo, amaranto, quinoa, trigo sarraceno.
- Características. Molienda, derivados. Sémolas y harinas. Valor nutritivo. Métodos de cocción clásicos y de vanguardia.
  - Aplicaciones culinarias dulces y saladas: al natural, flanes, budines, ensaladas.

- Arroces: origen, clasificación y características: blanco, glutinoso, arborio, basmati, parbolied, integral; aromáticos, pigmentados, salvaje
  - Aplicaciones culinarias en dulce y salado
  - pilaf, creole, risottos, paella vegetal, croquetas, arroz con leche, budines, flanes, tortas...

## 11. PASTAS

### Pastas secas y frescas simples

- Origen, clasificación: secas y frescas. Composición. Características de acuerdo al cereal base. Saborizantes naturales y artificiales. Huevo en polvo, verduras deshidratadas. Técnicas de producción, almacenamiento y conservación. Técnica de secado
- Quesos para pastas.
- Cocción y servicio.
  - Fideos: en ensaladas, con salsas, y gratinados...
  - Pastas simples: tallarines, tagliatelles, moñas, pastas estampadas y fantasía. Ñoquis de papa y escaldados. Al huevo, espinaca, morrón, zanahoria, remolacha, especias, estampados, fantasía; con sus correspondientes salsas
  - Pasta líquida: crepes (limosnero, pañuelitos, cadeaux), fríos y calientes. Lasañas. Blinis.

## ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

El Docente desarrollará la asignatura Cocina, enmarcando la práctica con los fundamentos tecnológicos. Utilizará un enfoque global, haciendo referencia constantemente a la Legislación Bromatológica Nacional, a la Ley N° 17.250 de los Derechos del Consumidor y a las Buenas Prácticas, en lo que se refiere al área, utilizando distintas estrategias y medios didácticos.

Realizará las demostraciones correspondientes en cada técnica básica, reconociendo la estandarización de los criterios establecidos a nivel nacional e internacionalmente.

Crearé responsabilidad en los alumnos sobre el cuidado y manejo adecuado, así como la higiene de equipamientos, maquinarias y útiles, siendo responsabilidad de todos las *buenas prácticas*.

Formaré brigadas, responsabilizando a los alumnos por su trabajo, considerando los aspectos higiénicos-sanitarios, socio ambientales e históricos culturales.

Enfatizaré el desarrollo de los fundamentos de cocina; la secuenciación temática lineal corresponde a una ordenación de los contenidos. El docente planificará en función de las elaboraciones previstas, las guarniciones y salsas correspondientes. Insistirá en la estandarización de porciones y la presentación con elementos decorativos de los platos

Incentivaré la autoevaluación y la autocrítica en cada clase, como así también la investigación a nivel de producción regional.

Fomentaré conciencia en el alumno que su presencia e higiene deberán estar adecuadas a normas nacionales e internacionales vigentes al área

Incluiré visitas didácticas: a ferias, exposiciones, establecimientos, fundamentando el objetivo de la visita y utilidad.

Participaré de los eventos gastronómicos que cumplan con los requisitos pedagógicos y profesionales contenidos a nivel programático.

Se trabajará a nivel de producción, teniendo en cuenta las demandas y características del curso.

Las instalaciones (local), el equipamiento, la iluminación, ventilación, deberán cumplir las normas vigentes (Ordenanzas Bromatológicas), en cuanto protecciones y seguridad (BSE) y tener la habilitación municipal correspondiente.

## PAUTAS DE EVALUACIÓN

Se realizará evaluación inicial (diagnóstica), la cual será tomada como punto de partida conceptual. Se evaluarán todas las actividades realizadas dentro y fuera del aula, siendo reflexivas y valorativas, utilizando registros para autoevaluación de aprendizajes.

Se realizarán las evaluaciones previstas en el REPAG y evaluación final del curso, teniendo como marco la producción. Abarcará contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales.

Se valorará:

- Higiene y presentación personal
- Mise en place correcta
- Aplicación de técnicas
- Creatividad
- Planificación, organización, desarrollo de la producción, tiempos, temperaturas, estandarización de porciones.
- El trabajo individual y en equipo

## PROPUESTA METODOLÓGICA

El Docente brindará los conocimientos, teniendo en cuenta la Ley de los Derechos del Consumidor. Fomentará la investigación, el análisis de mercado, realizará: simulacros y estudios de casos. Constantemente hará referencia a la Ordenanza Bromatológica Nacional, insistiendo con las BUENAS PRÁCTICAS que son responsabilidad de todos.

## BIBLIOGRAFÍA

- BARREDO, Silvia . “ *Tallado de frutas y verduras.*” 2000. ATLANTIDA
- CORDON BLEU “*Guía completa de las Técnicas culinarias.*” BLUME
- CORDON BLEU\_ “*Las Técnicas del Chef*”. 2004. BLUME. Londres

- HAMILTON, R; TODOLI, V. “*Comida para pensar. Pensar sobre el comer*” 2009. ACTAR. España
- IMM “*Manual para Manipuladores de Alimentos*” IMPO
- IMM. “*Reglamento Bromatológico Nacional*” Dec. N° 315/994. 1994. IMPO. Montevideo
- KOPMANN, MARIANA “*Manual de Gastronomía Molecular*”. *El encuentro entre la ciencia y la cocina*. 2013. SIGLO XXI, Buenos Aires.
- LAROUSSE “*Larousse Gastronomique*” 1997. Canadá
- “*Legislación Bromatológica do Brasil*” Decreto Ley N° 986, de 21 de octubre de 1969
- LEIZ, Karin, “*cocinar con hierbas de muchas maneras*” . 2013. RBA. España
- “*Ley N° 9.782, de 26 de Janeiro de 1999*”
- Ley 17.250\_ “*Derechos Básicos del Consumidor*” IMPO
- McGEE, HAROLD “*La cocina y los alimentos*” 2004. DEBATE. España
- MIHRVOLD, N. ; BILET, M. “*Modernist cuisine at home*” TASCHEN. EEUU. 2013
- RODRIGUEZ PALACIOS, Ariel “*Técnicas básicas del maestro de cocina*” . ATLANTIDA. Buenos Aires
- VV. AA. “*Especias*”. TODOLIBRO. 2013. España
- VV.AA. “*Diccionario de especias*”. 2013. España