

RECETARIO Y MANUAL DE APOYO

FUNDAMENTOS TÉCNICOS DE COCINA BÁSICA

MÓDULO OBLIGATORIO
14 SEMANAS

Contenido

Staff	8
Resumen y Evaluación del Curso	9 ~ 11
Registro de evaluación del alumno, práctica y trabajo en grupo	12-18
Política y Procedimiento	12
Criterios de evaluación general	13 ~ 14
La implementación de procedimientos de salud, seguridad, higiene y organización del trabajo	13
Demostración en metodología de trabajo y organización correctas	13
La presentación apropiada de los platos	13
Demostración de la correcta preparación/técnicas/sabor y textura	14
Contribución a la eficacia del procedimiento de los equipos de trabajo	14
La tabla de escalas de notas de evaluación	14
Procedimiento de trabajo en equipo para el semestre LCB	15-16
Vista general	15-16
Política y Procedimiento de Evaluación para Estudiantes	17 ~ 18
1. Propósito	17
2. Definición	17
3. Política	17 ~ 18
4. Procedimientos de evaluación	18
Índice de Sesión	19 ~ 22
 SESIÓN 1 A – POTAJES / SOUFFLÉS	23
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE	24
VELOUTE DUBARRY	25
CONSOME CON RAVIOL DE QUESO	26
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	27
 SESIÓN 1 B – CORTES VACUNOS, SALSAS EMULSIONADAS	28
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE	29
BIFE DE RES MARCHAND DU VIN, PAPAS VAPOR Y CHAMPIÑONES A BLANCO	30
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	31
 SESIÓN 2 A – TÉCNICA DE COCCIÓN DE ARROZ, CEREALES Y PSEUDOCEREALES	32
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE	33
RISOTTO MILANÉS	34
TRIGOTO	35
QUINOTO	36
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	37
 SESIÓN 2 B – PESCADOS REDONDOS Y PLANOS, SALSAS EMULSIONADAS ESTABLES CALIENTES	38
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE	39
FILETE DE PESCADO ESCALFADO, LEGUMBRES ESTOFADAS Y SALSA HOLANDESA	40
LENGUADO COLBERT, SALSA MALTESA	41
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	42

SESIÓN 3 A – CORTES DE PRIMERA, EMPANIZADOS, FRITURA PROFUNDA, GLASEADO	43
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	44
CARPACCIO DE LOMO CON ENSALADA FRESCA	45
LOMO FINO PIMIENTA, CROQUETAS, BRÓCOLIS, ZANAHORIAS VICHY	46
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	47
SESIÓN 3 B – MASA DE PASTA FRESCA, PASTAS RELLENAS, SALSAS	48
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	49
MASA DE PASTA, COLORANTES NATURALES PARA PASTA.....	50-51
RAVIOLES DE RICOTA Y ESPINACA CON MANTEQUILLA DE SALVIA.....	52
SALSA BECHAMEL.....	53
SALSA DE TOMATE	54
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	55
SESIÓN 4 A – FRITURA PROFUNDA DE CARNES, SALSA EMULSIONADA ESTABLE Y INESTABLE FRÍA, ESTOFADO ...	56
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	57
ENSALADA CAESAR.....	58
CORDON BLEU, GRIBICHE Y PAPAS MACAIRE	59
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	60
SESIÓN 4 B – APAREJO PARA SOUFFLE SALTEADO CON DESGLASADO, MANCHONER, CLARIFICACIÓN DE LÍQUIDOS	61
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	62
SOUFFLE DE QUESO Y PEQUEÑA ENSALADA VERDE	63
POLLO CAZADORA, PURÉ DE PAPAS	64
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	65
SESIÓN 5 A EMPARRILLADOS, MARINADAS INTANTANEAS Y COCIDAS, FRITURA EN DOS TIEMPOS...66	66
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	67
BROCHETAS A LA PARRILLA, TOMATE PROVENZAL PAPAS PONT NEUF SALSA BEARNESA.....	68
MARINADA BOEUF BOURGUIGNON.....	69
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	70
SESIÓN 5 B – CURADO DE PESCADOS, GLASEADO DE PAPAS, RAGOUT OSCURO, OBTENCIÓN DE CLOROFILA	71
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	72
GRAVED LAX DE TRUCHA CON BLINIS.....	73
BOEUF BOURGUIGNON.....	74
PAPAS FONDANTES	75
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	76
SESIÓN 6 A – FRICASSE Y RAGOUT CLAROS	77
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	78
BLANQUETTE DE TERNERA.....	79
PECHUGA DE POLLO EN SALSA SUPREMA	80
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	81

SESIÓN 6 B – TÉCNICA DE ÑOQUIS CON BASE MASA CHOUX, PAPAS Y SÉMOLA.....	82
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	83
ÑOQUIS PIAMONTESES “ALLA PUTANESCA”	84
ÑOQUIS PARISINOS CON SALSA CUATRO QUESOS.....	85
ÑOQUIS “ROMANA”	86
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	87
 SESIÓN 7 A – ELABORACIÓN DE BISQUE, COCCION COUSCOUS, BRASEADO, EMULSION CALIENTE. 88	
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	89
BISQUE DE CRUSTÁCEOS.....	90
CALAMARES RELLENOS CON COUSCOUS SOBRE TOMATES CHERRY	91
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	92
 SESIÓN 7 B - REPASO DE TÉCNICAS.....	93-94
 SESIÓN 9 A – TÉCNICA DE COCCIÓN DE PESCADOS A CORTO MOJAMIENTO, FARSA MUSELINA	97
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	98
MUSELINA DE PESCADO Y CONCHAS A LA FLORENTINA	99
FILETE DE PESCADO “DUGLERÉ”	100
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	101
 SESIÓN 9 B - TÉCNICA DE COCCIÓN EN “PAPILLOTE”, “PANADE”, MANTEQUILLA COMPUESTA Y COCCION MARINIERE.....	102
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	103
QUENELLES LYONNAISES CON SALSA CARDENAL.....	104
CHOROS MARINIERE EN SALSA POULET	105
PAPILLOTE DE PESCADO	106
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	107
 SESIÓN 10 A - TÉCNICA DEL ESTOFADO, TORNEADO DE PAPAS Y VERDURAS, MASA DE APAREJO PARA CREPES	108
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	109
AUMONIERE CON RATATUILLE Y PESTO GENOVEZ.....	110
NAVARIN PRINTANIER.....	111
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	112
 SESIÓN 10 B - FRICASSE Y RAGOUT CLAROS.....	113
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	114
FRICASSE DE AVE.....	115
CURRY DE AVE CON ARROZ MADRAS.....	116
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	117
 SESIÓN 11 A - LIMPIEZA DE CERDO, SALTEADO CON DESGLASADO, MASA BRISSE	118
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	119
QUICHE DE QUESO CON TOMATE CONFITADO.....	120
CHULETA DE CERDO CHARCUTIERE, GALETTE DE PAPAS.	121
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	122

SESIÓN 11 B - MASAS: HOJALDRE, FARSA MUSELINA Y CHARCUTIERE	123
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	124
MASA DE HOJALDRE RAPIDA.....	125
JALOUSIE DE PESCADO CON SALSA DE VINO BLANCO	126
PEQUEÑOS PATES HOJALDRADOS.	127
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	128
 SESIÓN 12 A- TÉCNICA DE COCCIÓN DE PECHUGA DE PATO, GASTRIQUE.....	129
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	130
VITELLO TONNATO.....	131
SUPREMA DE PATO A LA NARANJA, GRATIN DAUPHINOISE.....	132
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	133
 SESIÓN 12 B - TÉCNICA DE ASAR, BRIDAR UN AVE, ESCALFADO DE MARISCOS.....	134
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	135
CÓCTEL DE LANGOSTINOS.....	136
POLLO ASADO, ARVEJAS A LA FRANCESA, TIAN DE PAPA Y CAMOTE.....	137
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	138
 SESIÓN 13 A. - LIMPIEZA DE CONEJO, COCCIÓN DE PAPAS A CRUDO Y BRASEADO DE VERDURAS	139
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	140
APIO BRASEADO, SALSA MORNAY	141
CONEJO DIJONNAISE, LECHUGA BRASEADA, PAPAS SALTEADAS	142
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	143
 SESIÓN 13 B - TÉCNICA DE RELLENO DE CARNE, MASA DAUPHINE, TÉCNICA DE MASA CHOUX CON QUESO	144
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	145
GOUGERES DE QUESO	146
LOMO DE CERDO RELLENO CON GUINDONES, PAPAS DAUPHINE	147
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	148
 SESIÓN 14 A- COCCIÓN ASADO DE CORDERO, COSTRA DE ACEITUNAS, JUS, SOPAS FRÍAS	149
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	150
GAZPACHO ANDALUZ	151
LOMO DE CORDERO EN COSTRA DE ACEITUNAS, JUS DE ROMERO Y GRATIN BAYALDI.....	152-153
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	154
 SESIÓN 14 B - TÉCNICA DE CONFITADO	155
RESULTADOS DEL APRENDIZAJE.....	156
RILLETE DE POLLO	157
CONFIT DE PATO CON TARTE TATIN DE CEBOLLAS.....	158
REGISTRO DE EVALUACIÓN DEL ALUMNO	159
 SESIÓN 15° Y B - REPASO DE TÉCNICAS.....	160-161
APENDICES I GLOSARIO CULINARIIONN FRANCES.....	163 - 176
APENDICES II CONVERSIONES.....	177
CONVERSIONES DE IMPERIAL A METRICO.....	178
CONVERSION DE TEMPERATURAS ~ TEMPERATURA DE COCCION DEL AZUCAR	179

CONVERSIONES INTERNACIONALES ~ CONVERSION DE TAZA AMERICANA..... 180

CONVERSION PARA COCCIONES EN ALTITUD ~ TABLA DE AJUSTES DE RECETAS..... 181

EVALUACIÓN Y DESCRIPCIÓN

INICIACION	Cuisine Basique – Cocina Básica
Duración	14 semanas
Metas del Curso	<ul style="list-style-type: none"> ■ Aplicar técnicas de cocina propias de la culinaria internacional de manera ordenada. Respetando las normas de BPM
Objetivos principales	<p>Al final del curso los alumnos deberán ser capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Cumplir y dominar las normas de salubridad, higiene y regulaciones del Sistema HACCP y BPM ■ Incrementar sus habilidades culinarias en un 2do nivel ■ Preparar elaboraciones culinarias básicas, aplicando las BPM (buenas prácticas de manipulación) y técnicas básicas de elaboración, según la receta del establecimiento, procedimientos establecidos y normativa vigente ■ Aplicar los conceptos generales de base de la cocina francesa, utilizando los utensilios en la clase demostrativa ■ Aplicar las técnicas del emparrillado y de mantequilla compuesta, utilizando los insumos y equipos designados para su realización ■ Desarrollar los conceptos y técnicas de la cocina con respecto a técnicas de ragouts y glaseados claros y oscuros ■ Aplicar los conceptos generales de la técnica de cocción de corto mojamiento para la elaboración de carnes pescados y mariscos
Unidades Básicas y seminarios	<ul style="list-style-type: none"> ■ Emparrillado ■ Escalfado ■ Salsas emulsionadas estables calientes ■ Cocciones rápidas, salsas emulsionadas estables frías ■ Técnica de cocción poêler, ragout oscuro, torneados, papa duquesa ■ Corto mojamiento ■ Glaseados claros

Metodología de entrega	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 14 sesiones demostrativas seguida de 14 sesiones prácticas. ▪ Las sesiones de demostración y teoría serán impartidas por los Chefs instructores, centrándose en técnicas específicas de cocina, con el apoyo de una serie de recursos. ▪ Una sesión de estudio asíncrono, sesión demostrativa y dos sesiones prácticas. ▪ Las sesiones prácticas serán monitoreadas enseñando a los cocineros un progreso satisfactorio.
Criterios y pesos de evaluación	<p>Pautas de evaluación:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tarea académica práctica en cada sesión práctica y exámenes teóricos periódicos: 40% ▪ Examen parcial en la semana 8: 30% ▪ Examen final en la semana 16: 30%
	La nota mínima aprobatoria es de TRECE (13).
Certificación	Modular

Política

Cada sesión práctica será evaluada progresivamente y la retroalimentación relevante será brindada por el Chef instructor al final de cada sesión práctica. La retroalimentación será escrita por el estudiante en su Registro de evaluación del alumno y firmada por ambas partes. La naturaleza y los criterios para la evaluación se especifican en la carpeta del estudiante con la escala de calificación práctica.

El Registro de evaluación del alumno da a cada estudiante la oportunidad y la responsabilidad de evaluar su propia progresión de aprendizaje durante el curso. Los estudiantes tendrán la oportunidad de discutir su progresión basándose en su diario de evaluación y calificación con sus Chefs asignados durante la sesión en curso.

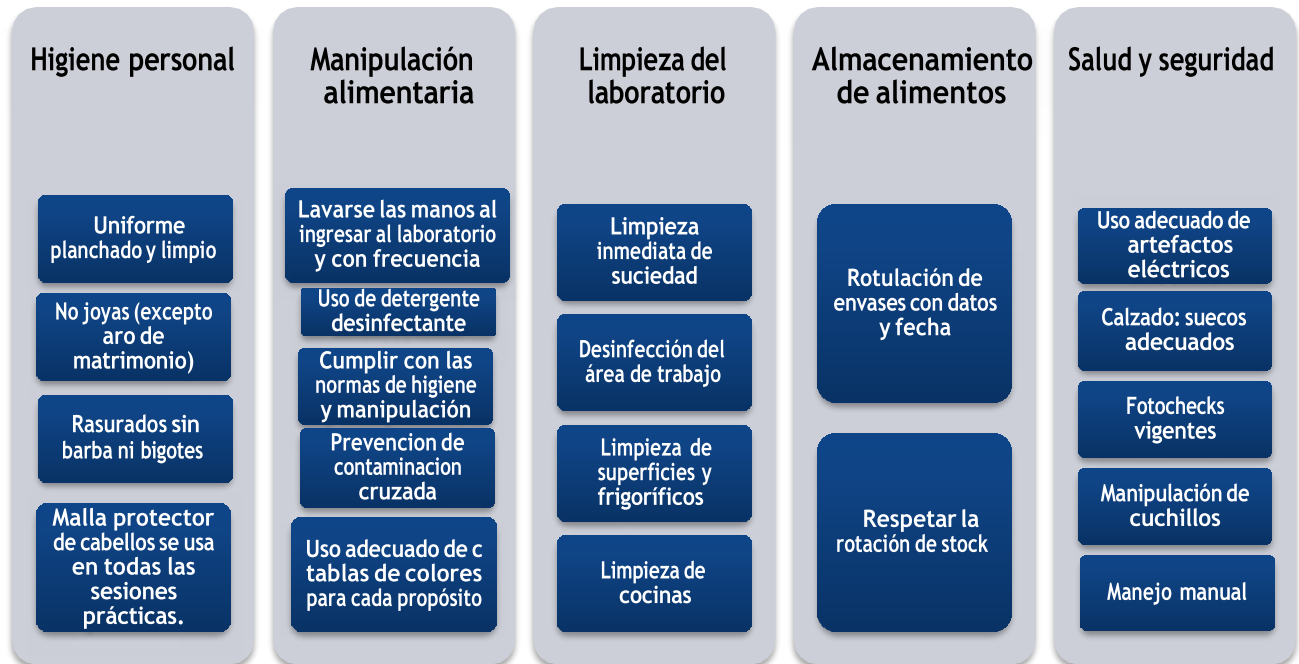
Visión General

El registro de evaluación de los alumnos se imprime y se organiza en el manual del alumno al final de cada lección. El registro de evaluación de los alumnos cubre cinco criterios específicos, cada uno de ellos se explican en las páginas 11 y 12.

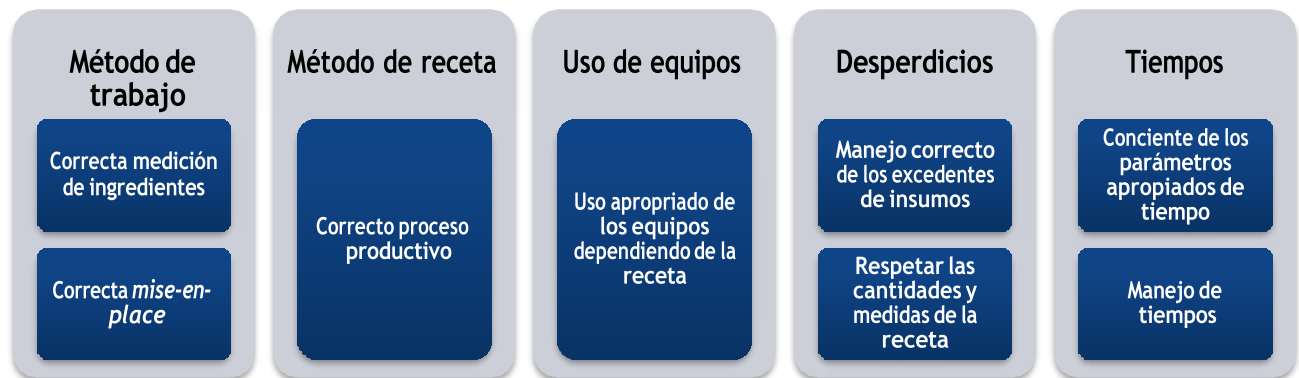
- Implementar procedimientos de metodología de salud, seguridad, higiene y trabajo.
 - Demostrar metodología de trabajo y organización óptimas.
 - Presentar un plato de cocina y/o pastelería.
 - Demostrar la correcta preparación / técnicas / sabor y textura
 - Contribuir a la eficacia del procedimiento de los equipos de trabajo Procedimiento
1. Cada uno de los criterios anteriores serán evaluados por el Chef instructor durante su desempeño en la clase de práctica
 2. El Chef instructor utilizará la escala de calificaciones estándar que se muestra en la página 11 al evaluar su sesión práctica.
 3. Cada alumno deberá traer su Registro de Evaluación a su clase práctica.
 4. Al final de cada clase práctica, al presentar su trabajo para ser evaluado por el Chef instructor, cada estudiante tendrá que escribir todos los comentarios hechos por el Chef del curso.
 5. El Registro de Evaluación del alumno será firmado por ambas partes una vez completado.
 6. Cada alumno debe traer a su Chef el registro de evaluación del alumnado para supervisar su progresión durante su sesión.
 7. El Registro de evaluación del alumno es una herramienta de aprendizaje muy importante que le ayudará a visualizar hacia atrás, su aprendizaje y progresión a través de su asignatura.

Criterios de Calificación General

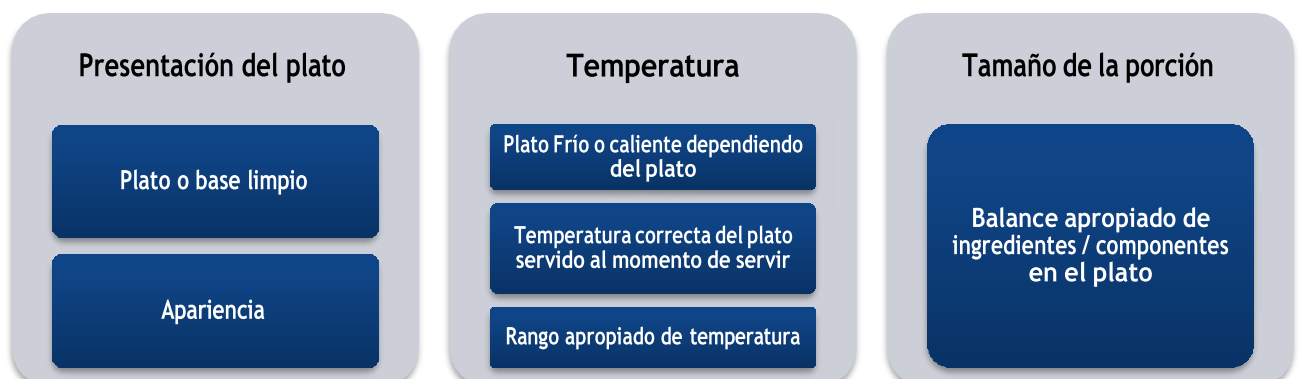
Implementación en procedimientos de salud, seguridad, higiene y organización del trabajo:



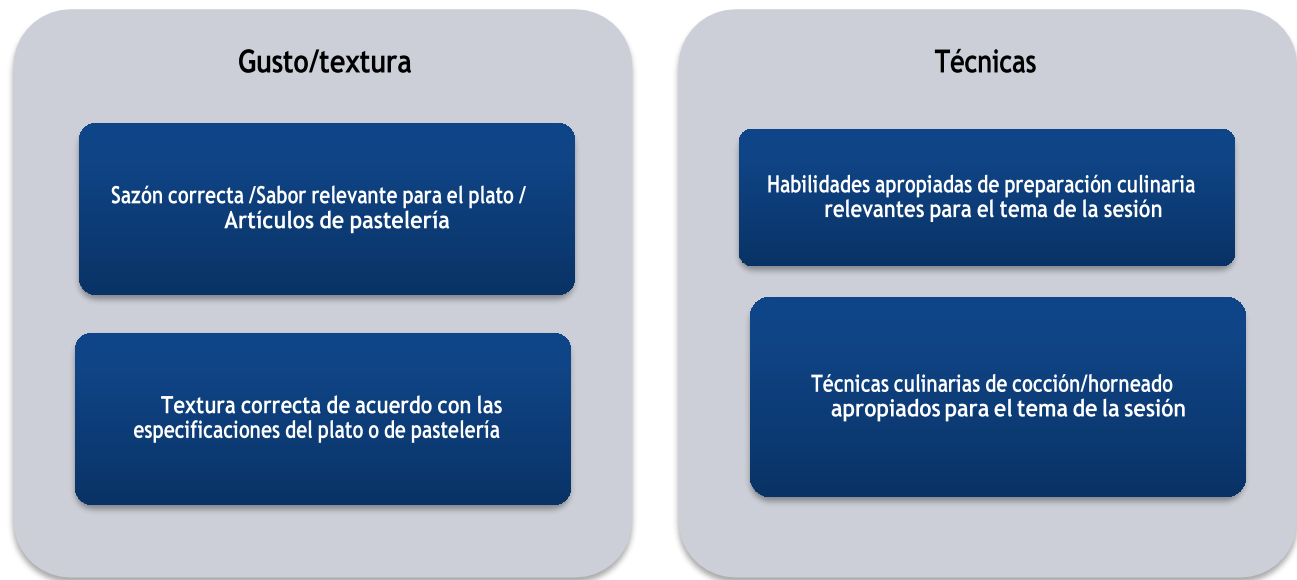
Demostración en metodología de trabajo y organización correctas:



Presentación apropiada: ítems o platos de cocina y/o pastelería



Demostración de la correcta preparación/técnicas/sabor y textura:



Contribución a la eficacia de los procedimientos de los equipos de trabajo:



Tabla – Cuadro de Puntaje - Calificación:

0 = No logrado	1 = Pobre	2= De bajo promedio	3=Promedio	4= Bien	5 = Excelente
<ul style="list-style-type: none"> Habilidades no demostradas Producto principal ausente No comestible Tarea fallida Intento no demostrado para completar la tarea 	<ul style="list-style-type: none"> Muy baja habilidad Intentó completar la tarea Deficiencia de comprensión para completar la tarea Debajo de las expectativas 	<ul style="list-style-type: none"> Nivel de habilidad bajo Tarea completada con dificultad Entendimiento de la tarea deficiente No cumple las expectativas 	<ul style="list-style-type: none"> Habilidades demostradas con dificultad Requiere entendimiento de la tarea. De cierta manera cumple con las expectativas 	<ul style="list-style-type: none"> Buenas habilidades demostradas Buen entendimiento de la tarea Cumple con las expectativas 	<ul style="list-style-type: none"> Sus habilidades mostradas sin dificultad Buen entendimiento y prácticas esperadas Sobrepasa las expectativas

Procedimiento de trabajo en equipo para el nivel LCB

Vista General

El trabajo en equipo es parte de las competencias de gestión del tiempo. Esto da a todos los estudiantes del semestre la oportunidad de desarrollar la comunicación, el liderazgo de equipo, el desarrollo del equipo y las habilidades de toma de decisiones a través de profesionales de la industria y catering.

Todos los estudiantes serán evaluados y registrados en su comunicación y habilidades de participación en el equipo después de cada práctica.

La retroalimentación será dada por el Chef instructor al final de cada sesión. Esto está documentado en el registro de evaluación del estudiante y firmado por el estudiante y el Chef Instructor y guardado por el estudiante para su propia revisión y reflexión.

Rol de los alumnos

Antes de la sesión práctica

- Responder positivamente y de manera profesional a las tareas encomendadas por el Chef instructor
- Asegurarse de que todos los ingredientes en la bandeja se corroboren contra la receta de la sesión práctica, comunicar oportunamente al chef cualquier faltante.
- Distribución de los ingredientes por igual entre cada sección de trabajo y frigoríficos
- Asegurar que todo el equipo necesario esté en su lugar para la sesión práctica.
- Por favor refiérase a la pizarra de la cocina para cualquier información adicional Al finalizar cada

sesión práctica

- Asegurar que todos los ingredientes sobrantes no utilizados queden registrados en los formatos de almacén perfectamente rotulados y organizados en el carro por los miembros del equipo.
- Asegurarse de que los miembros del equipo hayan limpiado correctamente sus estaciones y cocinas con agua y solución de detergente apropiados.
- Comprobación de que todos los frigoríficos y estanterías están perfectamente limpios.
- Organización de equipos y cajetines de especias por los miembros del equipo
- Cerrar todas las perillas de gas y la llave general.
- Informar al Chef instructor una vez que todo esté limpio y en orden.
- Colocar correctamente los ingredientes sobrantes debidamente rotulados en la bandeja de devolución.
- Asegurar la devolución de los ingredientes sobrantes al almacén.
- Participar en cualquier otra actividad dictada por el Chef instructor.

1. Propósito

Esta política establece un marco bajo el cual se lleva a cabo la evaluación de todas las carreras de Le Cordon Bleu (LCB). El propósito clave de la Política de Evaluación es mejorar la calidad del aprendizaje y elevar los estándares alcanzados por todos los estudiantes, tanto ahora como en el futuro.

2. Definiciones

- 2.1.** *Evaluación* es el proceso de recolectar evidencia y hacer juicios sobre si se ha alcanzado la competencia y confirmar que un individuo puede cumplir con el estándar esperado por la industria, tal como se expresa en los resultados vocacionales o educativos de los programas de LCB.
- 2.2.** *Evaluación Progresiva* es la evaluación para el aprendizaje e implica eventos de evaluación regulares o continuos, que contribuyen a la calificación final. Las evaluaciones progresivas se basan en un alto nivel de retroalimentación y se utilizan para supervisar el desarrollo de habilidades e identificar el apoyo adicional requerido para completar un programa práctico.
- 2.3.** *Evaluación Acumulativa* es la evaluación del aprendizaje y contribuye a la calificación final. La evaluación acumulativa está diseñada para permitir que los estudiantes demuestren las habilidades y conocimientos entregados en puntos claves a lo largo del curso.
- 2.4.** *Autoevaluación* permite a los estudiantes auto reflexionar sobre su desempeño, a través del diálogo con los Chefs instructores, el registro de evaluación del estudiante o la discusión con el grupo de compañeros.

3. Política

- 3.1.** La evaluación debe cumplir los requisitos tanto del sector de la formación profesional como de la evaluación de las habilidades culinarias tradicionales aplicadas en las escuelas LCB a nivel internacional.
- 3.2.** Los alumnos serán informados sobre el contexto, propósito y proceso de evaluación que se dará al comienzo de cada sesión.
- 3.3.** Una combinación de formas progresivas, acumulativas y de autoevaluación, la metodología de evaluación, que guíe el desarrollo de habilidades, conocimientos y competencias.
- 3.4.** Los ejercicios prácticos evaluarán las habilidades culinarias y técnicas tradicionales de LCB en comparación con los estándares requeridos por la industria. Donde sea posible, las competencias y habilidades estarán evaluadas en forma individual y no en forma general.
- 3.5.** La evaluación de las pruebas entregadas por los alumnos durante el proceso de evaluación se basará en los siguientes cinco principios fundamentales:

Autenticidad- la evidencia suministrada debe ser el propio trabajo del estudiante y no el de otro.

Validez- la evidencia debe estar directamente relacionada con los objetivos del curso y las unidades de competencias.

Confiabilidad - la evidencia debe demostrar que el estudiante puede cumplir consistentemente con el estándar de competencia.

Suficiencia - debe haber suficiente evidencia suministrada por el estudiante para permitir que el evaluador(es) determine(n) si su nivel de habilidad y nivel de conocimiento cumplen con la gama completa de elementos dentro de cada unidad de competencia para el curso.

Aceptación - el solicitante debe demostrar que puede aplicar las habilidades y los conocimientos reclamados, a una norma aceptable en un ambiente de trabajo actual.

- 3.6. Las estrategias de evaluación se desarrollan para tener en cuenta una diversa gama de necesidades del estudiante.
- 3.7. Cuando sea necesario, se harán ajustes razonables a los requisitos de evaluación para acomodar a los estudiantes con necesidades identificadas.
- 3.8. Se proporcionará a los estudiantes información pertinente y oportuna sobre los resultados del proceso de evaluación.
- 3.9. Las evaluaciones serán monitoreadas y revisadas regularmente para mejorar la calidad de la evaluación.

Procedimiento de Evaluación

- 4.1. A los estudiantes se les da detalles del plan de evaluación, los criterios de evaluación y las fechas de vencimiento para la evaluación y exámenes al comienzo del semestre.
- 4.2. Los criterios de evaluación se encuentran detallados p.9 del presente manual.
- 4.3. Al someter evaluaciones, los estudiantes deben ser conscientes de cuándo y cómo la retroalimentación será proporcionada por los Chefs Instructores para cada ítem de evaluación emprendida. La retroalimentación se proporciona de manera oportuna.
- 4.4. Las tareas de evaluación presentadas por los estudiantes, tales como evaluaciones escritas o proyectos, deben ser registradas por el Chef instructor cuando sean recibidas, así como cuando sean devueltas a los estudiantes.
- 4.5. Los chefs instructores son responsables de evaluar los criterios de evaluación y recomendar una calificación para el trabajo del alumno que esté en línea con los criterios de curso especificado.
- 4.6. Se evalúa durante las actividades prácticas, la asistencia, la salud y la seguridad, el flujo de trabajo, la técnica culinaria y la presentación.

Semana 1A

- Velouté Dubarry
- Consomé con raviol de queso fresco

Semana 1B

- Bife de res marchand du vin, papas vapor y champiñones torneados a blanco

Semana 2A

- Risotto milanés
- Trigoto
- Quinotto al azafrán con pulpo salteado

Semana 2B

- Filete de pescado escalfado, legumbres y salsa holandesa
- Pescado blanco “Colbert”, salsa maltesa

Semana 3A

- Carpaccio de lomo con ensalada fresca
- Lomo fino a la pimienta, papas croquetas, brócoli a la inglesa, zanahorias Vichy

Semana 3B

- Raviolos de ricota y espinaca con mantequilla de salvia
- Tagliatelle verde en salsa Aurora

Semana 4A

- Ensalada Cesar
- Cordon Bleu de pollo, salsa gribiche, jardinera de legumbres y papas macaire

Semana 4B

- Soufflé de queso
- Pollo cazadora, puré de papas

Semana 5A

- Brochetas a la parrilla, tomate provenzal, papas pont neuf, salsa bearnesa
- Marinada Bœuf Bourguignon

Semana 5B

- Graved Lax de trucha con blinis
- Bœuf Bourguignon
- Papas fondant

Semana 6A

- Blanqueta de ternera a l'ancienne
- Pechuga de pollo en salsa suprema y arroz pilaf

Semana 6B

- Ñoquis piemonteses con salsa putanesca
- Ñoquis "Parisina" con salsa cuatro quesos
- Ñoquis "Romana"

Semana 7A

- Bisque de crustáceos
- Calamares rellenos con couscous sobre tomates cherry

Semana 7B

- Repaso técnicas examen parcial

Semana 8

- Exámenes parciales

Semana 9A

- Muselina de pescado y conchas a la florentina
- Filete de pescado "Dugleré"
- Torneado de papas

Semana 9B

- Quenelles Lyonnaises con salsa cardenal
- Choros mariniere en salsa Poulette
- Papillotte de pescado blanco y mariscos, étuvée de vegetales, papas parisienne

Semana 10A

- Aumoniere con ratatouille y pesto genovés
- Navarin Printanier

Semana 10B

- Fricasé de ave con arroz pilaf
- Curry de ave con arroz madrás

Semana 11A

- Quiche de queso de cabra y tomate
- Chuleta de cerdo charcutiere, galette de papas

Semana 11B

- Masa hojaldre rápido
- Jalousie de pescado con salsa de vino blanco
- Pequeños pates hojaldrados

Semana 12A

- Vitello tonnato
- Suprema de pato a la naranja, gratin dauphinoise (magret bigarrade)

Semana 12B

- Cóctel de langostinos
- Pollo bebé asado, arvejas a la francesa, tian de papa y camote

Semana 13A

- Apio braseado, salsa mornay
- Conejo dijonnaise, lechuga braseada, papas salteadas

Semana 13B

- Gougères de queso
- Lomo de cerdo relleno con guindones, papas dauphine

Semana 14A

- Gazpacho andaluz
- Lomo de cordero en costra de aceitunas, jus de romero y gratin bayaldi

Semana 14B

- Rillettes de pollo
- Confit de pato con tarte tatin de cebollas

Semana 15A y 15B

- Repaso balotario examen final

Semana 16

- Examen final

Cocina Básica

Semana 1A:

Semana 1A

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> • Velouté Dubarry • Consomé con ravioles de queso ricotta 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> • Velouté Dubarry • Consomé con ravioles de queso ricotta 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Limpiar coliflor, blanqueado, liaison. Realizar un caldo clarificado, elabora un bouquet marmite, forma tortellini	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica - Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica - Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica - Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Textura velouté (liaison), cocción de somités, textura y cocción soufflé, emulsión inestable (vinagreta), sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza).	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 1A:

Receta: Velouté Dubarry



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

0.400	kg	coliflor
0.080	kg	poro (blanco)
0.020	kg	harina
0.020	kg	mantequilla
0.800	lt	FBA
0.100	lt	crema de leche
1	uni	yema de huevo
		perifollo (o) perejil sal,
		pimienta

Palabras técnicas:

Broyer

Proceso

- Tallar la coliflor, cortar sus flores de manera regular y reservar algunas sommités
- Sudar poro sin coloración, añadir la harina y cocinar 1 min. mas
- Agregar fondo blanco caliente, coliflor restante y cocinar.
- cocinar sommités, escurrir, reservar.
- Licuar la sopa cocida, chinoiser, añadir la mezcla de yema y crema, condimentar y presentar con las sommités.

Notas:

Semana 1A:

Receta: Consommé con raviol de queso fresco



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Base

1	lt	FOR
1	lt	FBA
0.100	kg	zanahoria
0.050	kg	cebolla
0.100	kg	blanco de poro
0.050	kg	apio
1	uni	BG
2	uni	ajos dientes

Clarificación

0.120	kg	carne molida de ave
0.120	kg	carne molida de res
0.040	kg	zanahoria
0.040	kg	verde de poro
0.040	kg	apio
0.200	kg	tomate
0.020	kg	pasta de tomate
1/8	ata	estragón

Raviol con queso fresco y finas hierbas

0.100	kg	ricota
0.030	kg	queso parmesano
0.050	lt	crema de leche
1	rama	albahaca
1	rama	perejil
0.250	kg	harina de trigo
1	uni	huevo

2	uni	claras de huevos
	PM	sal, pimienta

Palabras técnicas:

Farce, clarificación, masa de clarificación, escalfar

Proceso:

Base:

- Cortar la cebolla a la mitad y quemar sobre placa
- Armar un bouquet marmite con la zanahoria, el poro y el apio.
- Hacer hervir la guarnición aromática, al ajo y el BG en la mezcla de FBA y FOR. Mijoter por 45'. Colar y Enfriar.

Clarificación:

- Cortar los vegetales en paisana, mezclar con la carne, la pasta de tomate, el tomate fresco, el estragón y la clara de huevo batida previamente. Incorporar al caldo base, condimentar y clarificar por ca. 30' a fuego bajo.
- Pasar con ayuda de un cucharón por etameña sin fouler. Raviol:
- Farsa: Cortar la albahaca en chiffonade, picar el perejil, rallar el queso parmesano. Unir con los demás ingredientes, condimentar.
- Armar los raviolos con la forma de un wantán.

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 1 B:

Semana 1B:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> Bife de res marchand du vin, papas vapor y champiñones a blanco 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> Bife de res marchand du vin, papas vapor y champiñones a blanco 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Tornear papas, tornear champiñones, cocción de champiñones a blanco, identificar el uso de cartouche, torneado y cocción de papas, identificación de salsas clásicas	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Torneado de papas, cocción a la inglesa, torneado de champiñones, cocción a blanco de champiñones, uso de cartouche, salteado plano, punto de cocción del bife, sabor y textura de salsa en base a reducción de vino, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 1B:

Receta: Bife marchand de vin, papas vapor y champiñones a blanco



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

Bife:

1.000	kg	bife de res (angosto)
0.040	lt	aceite Vegetal
	PM	sal / pimienta

Papas:

1	kg	papa blanca
---	----	-------------

Salsa marchand de vin:

0.400	lt	vino tinto
0.100	kg	mantequilla
0.100	kg	chalotes
1/8	ata	perejil
0.300	lt	fondo oscuro de res

Champiñones torneados a blanco:

0.400	kg	champiñones
0.050	kg	mantequilla
1	uni	limón
	PM	sal

Palabras técnicas:

Cuire à blanc, Sauter, escalfar, reducir

Proceso:

- Habillar el bife y porcionar en porciones individuales de 200g. Sazonar, saltear a fuego alto y cocinar hasta el punto deseado (término medio, 58°C), dejar reposar post cocción.
- Papas vapor:
- Tornear las papas vapor y cocinar a partir de agua fría con sal (fremir). Champiñones a blanco:
- Limpiar, pelar y torneare los champiñones, disponerlos en una olla con agua, mantequilla, jugo de limón y sal. Cocinar tapado con cartouche por 10´.
- Salsa marchand de vin:
- Cincelar los chalotes, picar el perejil, reservar
- Desgrasar el fondo de cocción del bife, agregar la mantequilla y sudar los chalotes, desglasar con el vino, reducir.
- Incorporar el fondo oscuro, reducir a glace
- Para terminar, montar con la mantequilla fría y perfumar con perejil. Terminación:
- Servir el bife con la salsa y las papas de manera adecuada.

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TÍTULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none">• Higiene personal• Buenas Prácticas de Manipulación• Limpieza de la cocina• Salud y seguridad		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none">• Metodología• Control de merma• Manejo del tiempo		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none">• Presentación• Limpieza del plato• Temperatura del plato y la comida		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none">• Participación• Liderazgo		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 2A:

Semana 2A:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> • Risotto milanés • Quinoto al azafrán con pulpo salteado • Trigoto 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> • Risotto milanés • Trigoto 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Identificar y elaborar técnica de risotto, identificar tipos de granos y cereales, realizar un enmantecado, escalfar un pulpo y terminarlo en salteado plano.	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Punto de cocción del risotto, punto de cocción del trigo, correcto enmantecado, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 2A:

Receta: Risotto milanés



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

Risotto:

0.160	kg	arroz arbóreo
1/8	ata	albahaca
0.080	kg	queso parmesano rallado
0.002	kg	azafrán
0.040	lt	vino blanco
0.120	kg	cebolla blanca
1	lt	fondo blanco de ave
1/2	ata	espárragos verdes
0.050	kg	mantequilla
	PM	sal, pimienta

Palabras técnicas:

Blanquear, mantecar, nacarar, sudar, mojamiento, emulsión

Proceso:

- Remojar el azafrán en una cucharada de agua tibia.
 - Sudar la cebolla cortada en brunoise en un poco de mantequilla sin darle color.
 - Agregar el arroz y nacarar. Agregar el azafrán y desglasar con el vino blanco. Dejar reducir y mojar con un poco de fondo. Repetir este procedimiento hasta que el arroz este al dente
 - Terminar el risotto con el parmesano rallado y mantequilla fría en cubitos (mantecato)
 - Blanquear los espárragos y utilizarlos, junto con la albahaca, para decorar el plato
- Notas:

Semana 2A:

Receta: Trigoto



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Base:

0.320	kg	trigo tierno
0.200	lt	oporto
0.100	kg	cebolla blanca
0.030	kg	ajo
0.100	lt	vino blanco
2	lt	fondo claro de ave
0.200	kg	champiñones
0.200	kg	setas
0.120	kg	tomate cherry
¼	ata	perejil
¼	ata	tomillo

Terminación:

0.200	lt	crema de leche
0.100	kg	parmesano
0.090	kg	mantequilla PM
		sal, pimienta

Palabras técnicas:

Saltear, desglasar, reducir, emulsionar

Proceso:

- Dejar remojar el trigo en agua durante 20´.
 - Reducir el Oporto
 - Sudar cebolla cincelada y el ajo picado en mantequilla. Incorporar el trigo (escurrido). Desglasar con el vino y mojar de a poco con el FBA caliente. Cocinar hasta que el trigo este tierno.
 - Saltear los hongos y tomates cherry con el perejil picado y tomillo, reservar.
 - Para terminar el trigoto incorporar los hongos previamente salteados, los tomates cherry y terminar con el queso rallado y la mantequilla y crema de leche.
 - Emplatat con armonía terminando con el Oporto reducido
- Notas:

Semana 2A:

Receta: Quinoto al azafrán con pulpo salteado



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Quinoto:

0.200	kg	quinua
0.060	kg	cebolla china
0.001	kg	azafrán
0.030	lt	aceite de oliva
0.010	kg	ajos
1/8	ata	perejil
0.050	kg	parmesano
0.050	kg	mantequilla
0.003	kg	pimienta de cayena

Fondo de cocción / cocción pulpo:

0.250	kg	pulpo
0.050	kg	zanahoria
0.060	kg	cebolla blanca
1/4	uni	poro
1/4	uni	apio
0.002	kg	laurel
0.020	kg	ajos

Palabras técnicas:

Escalfar, sudar, emulsión, asustar,

Proceso:

- Cocinar el pulpo (asustar tres veces para fijar la piel) en agua hirviendo con la mirepoix, el laurel y el ajo. Luego, escalfar el pulpo a temperatura freír por 25-30 min
- Lavar la quinua para eliminar saponina. Quinoto:
- Sudar la cebolla china emincée, incorporar la quinua, perfumar con el azafrán y mojar de a poco con el fondo de cocción.
- Una vez cocido el pulpo, cortar en trozos sesgados y saltear con ajo. Incorporar al quinotto.
- Terminar el quinotto con parmesano, mantequilla, perejil picado y pimienta cayena
- Al final de la cocción aromatizar con un chorro de vino blanco y un poco más de azafrán.
- Servir con armonía.

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 2B:

Semana 2B:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> Filete de pescado escalfado, legumbres y salsa holandesa Pescado blanco "Colbert", salsa maltesa 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> Filete de pescado escalfado, legumbres y salsa holandesa 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Identificar un pescado fresco, filetear un pescado, escalfado de pescado, elaborar una salsa emulsionada caliente, elaborar un fumet, elaborar un empanizado a la inglesa, historiar un limón, escalfado de pescado, fritura de pescado entero, deshuesado de pescado plano, corte juliana, estofado de legumbres	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica - Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica - Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica - Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Habiller de un pescado redondo, escalfado de pescado, salsa emulsionada caliente, cocción y textura de salsa holandesa, juliana de vegetales estofadas, elaboración de fumet, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 2B:

Receta: Filete de pescado escalfado, legumbres y salsa holandesa



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Pescado:

1.600 kg pescado blanco
PM sal / pimienta blanca

Fumet:

0.200 kg zanahoria
0.140 kg cebolla blanca
0.100 kg poro
0.80 kg apio
0.150 lt vino blanco
0.002 kg pimienta blanca entera
1 uni BG

Guarnición:

0.300 kg zanahoria
0.500 kg zapallito italiano/zucchini

Salsa Holandesa:

0,500 kg mantequilla
4 uni yemas
0,050 kg jugo de limón
0,050 kg agua
PM sal / pimienta de cayena
Acabado
1/8 ata perejil crespo

Palabras técnicas:

Habiller, escalfar, freír, sabayón, emulsion

Proceso:

- Clarificar la mantequilla.
- Habiller pescado y porcionar, reservar Fumet:
- Desangrar las espaldas y cortar la guarnición aromática en juliana. Disponer ambas en una cacerola junto con el BG y el vino blanco, Mojar con agua fría y cocinar por 30 minutos, punto freír, espumar constantemente, colar sin fouler, enfriar.

Guarnición:

- Cortar una juliana de zanahoria y de zucchini, estofar con un poco de mantequilla.
- Sazonar y escalfar las porciones de pescado en el fumet a + o - 90 °C (no llegar nunca a hervor!) Salsa Holandesa: Sabayón
- Espumar las yemas con el agua y sal fuera del fuego, cocinar sobre baño maría sin dejar de batir hasta que alcance una temperatura de 63 ° (aprox.)
Emulsión
- Retirar del fuego e incorporar la mantequilla clarificada en forma de hilo hasta que quede cremosa, terminar con el jugo de limón y condimentar con la pimienta de cayena.

Notas:

Semana 2A:

Receta: Lenguado Colbert, salsa maltesa



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

Pescado:

4 uni pescado plano 800g c/u
1.5 lt aceite vegetal

Apanado:

0.200 kg harina de trigo
4 uni huevo
0.200 lt leche
0.500 kg pan molido

Salsa maltesa:

0.500 kg mantequilla
4 uni yemas
0.050 lt jugo de limón
0.050 lt agua
1/8 ata pimienta de cayena
0.300 kg naranja

Decoración:

1 uni limón Tahití

Palabras técnicas:

Habiller, fritura profunda, sabayón, emulsionar

Proceso:

- Eviscerar, descamar y ebarber el pescado.
- Quitar espinas según técnica, empanizar a la inglesa y dejar reposar en frío.
- Freír a último momento, escurrir el exceso de aceite con abundante papel absorbente. Salsa Maltesa:
- Realizar la salsa holandesa según técnica e incorporarle el jugo y los zestes de las naranjas previamente blanqueadas.

Terminación:

- Acompañar el pescado con el limón historiado, la salsa aparte y legumbres al vapor o papas vapor.
- Se suele acompañar también con mantequilla Colbert

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 3A:

Semana 3A:

En Demostración
<ul style="list-style-type: none"> • Carpaccio de lomo con ensalada fresca • Lomo fino pimienta, papas croquetas, brócoli con terminación a la inglesa, zanahorias Vichy
En la Práctica
<ul style="list-style-type: none"> • Lomo fino pimienta, papas croquetas, brócoli con terminación a la inglesa, zanahorias Vichy

Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Limpiar e identificar las partes de un solomillo de res (lomo fino), bridar, saltear, blanquear con terminación a la inglesa, glasear vegetales, elaborar emulsión fría inestable, elaborar croqueta de papa	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica - Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica - Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica - Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Limpieza y preparación de solomillo de res (lomo fino), blanquear con terminación a la inglesa de brócoli, glaseado de zanahorias (técnica Vichy), empanizado a la inglesa, técnica de salteado y fritura profunda, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 3A:

Receta: Carpaccio, ensalada fresca



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

Lomo:

0.400 kg lomo fino de res PM
sal / pimienta

Vinagreta:

0.070 lt limón
0.035 kg mostaza de Dijon
0.200 kg aceite de oliva
PM sal / pimienta

Guarnición:

0.300 kg queso parmesano
0.100 kg alcaparras
0.080 kg piñones
0.200 kg arúgula bebé

Palabras técnicas:

Habiller, brider

Proceso:

- Habiller el lomo, sazonar, bridar y sellar a fuego muy fuerte, enfriar (el sellado es opcional)
 - Tostar los piñones, reservar.
- Vinagreta:
- Emulsionar el jugo de limón con la mostaza y el aceite de oliva, sazonar, reservar. Armado
 - Pincelar un plato con una delgada capa de mostaza, disponer sobre ésta el lomo laminado finamente, sazonar nuevamente.
 - Sobre la carne acomodar el queso en lajas, las alcaparras, los piñones y la arúgula previamente aderezada con la vinagreta.

Notas:

Semana 3A:

Receta: Lomo fino a la pimienta, brócoli a la inglesa, zanahoria vichy, papas croquette



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

0.720 kg lomo fino de res
0.050 lt aceite vegetal

Salsa pimienta

0.060 kg chalotes
0.050 lt brandy
0.010 kg pimienta verde concassé
0.010 kg pimienta rosa concassé
0.100 lt vino blanco
1 lt FOR
0.300 lt crema de leche
0.030 kg mantequilla

Brócoli:

0.600 kg brócolis
0.020 kg mantequilla

Empanizado a la inglesa

2 uni huevos
0.100 kg harina
0.400 kg pan rallado

Zanahorias Vichy:

0.200 kg zanahorias
0.020 kg mantequilla
PM azúcar
0.020 kg perejil

Papas croquetas

0.800 kg papas amarillas
2 uni yemas de huevo
0.050 kg mantequilla
PM sal, pimienta, nuez moscada

Palabras técnicas:

Paner, légumes à l'anglaise, fritura profunda, tamponer, masa duquesa, glaseado Vichy

Proceso:

- Cocinar papas al horno (seco) sobre cama de sal. Tamizar su pulpa y elaborar papas croquetas junto a los demás ingredientes. No amasar.
- Pesar 30g c/u, dar forma de corchos y empanizar a la inglesa. Reservar en frío.
- Reducir el FOR a la mitad.
- Habillar el lomo, porcionar y bridar el lomo, sazonar con las pimientos mignonette y sellar en mantequilla con aceite. Terminar en horno hasta término medio (retirar del horno a 58 °C), reposar.
- Blanquear brócoli y terminar a la inglesa (Légumes "à l'anglaise" - terminación en mantequilla), reservar.
- Rebanar zanahorias acaneladas, derretir mantequilla, embadurnar las zanahorias, espolvorear con azúcar, caramelizar, agregar agua, sazonar, tapar con cartouche, cocinar hasta ablandar y terminar con perejil picado finamente.

Salsa:

- Desgrasar la sartén donde se selló el lomo, sudar las chalotas ciselé con mantequilla, agregar el mix de pimientas, desglasar el vino blanco y flambear con el coñac. Añadir el FOR reducido, la crema de leche, reducir y montar con la mantequilla fría.
- Sazonar.
- Regenerar los brócolis y freír las croquetas.
- Presentar plato de manera adecuada.

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 3B:

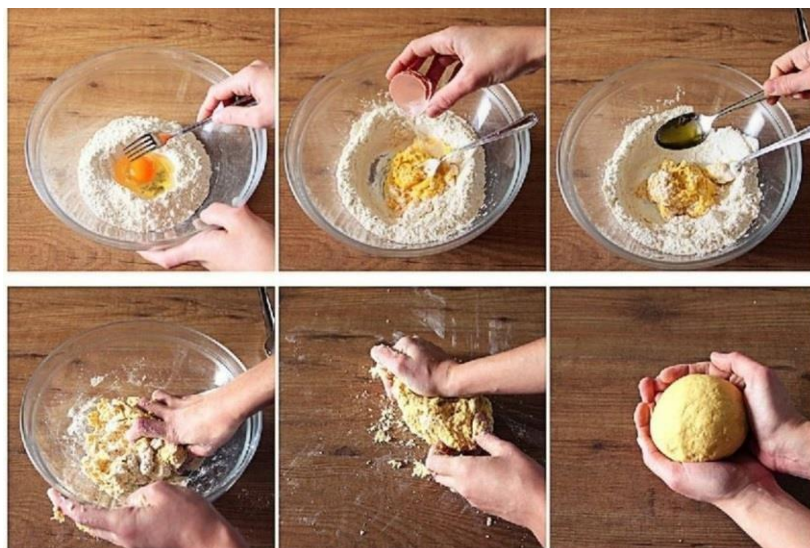
Semana 3B:

En Demostración
<ul style="list-style-type: none"> • Raviolos de ricota y espinaca con mantequilla de salvia • Tagliatelle verde en salsa Aurora
En la Práctica
<ul style="list-style-type: none"> • Raviolos de ricota y espinaca con mantequilla de salvia • Tagliatelle verde en salsa Aurora

Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Elaborar y laminar masa de pasta fresca, elaborar farsa, elaborar raviolos y tagliatelles, limpiar y saltear espinacas, realizar salsa bechamel, salsa de tomate "Escoffier", salsa Aurora. Escalfar pasta fresca	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Masa de pasta, elaboración y cocción de raviolos y de pasta fresca, textura de farsa, elaboración de salsa bechamel y salsa de tomate, salsas madre y derivadas, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 3B:

Receta: Masa de pasta



Rendimiento: 4 porciones

Ingredientes:

0.400 kg harina

4 uni huevos

0.015 lt aceite de oliva (opcional) pm sal

Palabras técnicas:

Tamizar, fontana, amasar

Proceso:

- Realizar una fontana con los secos
- Agregar los líquidos mezclados en medio
- Mezclar con cuidado hasta que los ingredientes estén bien integrados
- Envolver masa y reposar mínimo 20 minutos en frío antes de procesarla

Notas:

Semana 3B:

Receta: Colorantes naturales para pasta

Colorantes naturales:

Colorante verde:

1 kg espinaca (clorofila)

Palabras técnicas:

Procesar, blanquear, clorofila

Proceso:

- Clorofila (verde): Cortar en concassé la espinaca, luego colocar en vaso de licuadora con de litro de agua, licuar bien y pasar por el chino etameña, luego colocar en una cacerola a cocinar a 65 °C. La capa verde que flota en la superficie es la clorofila. Retirar con una espumadera y colocar sobre etameña para escurrir el agua. Reservar para posterior utilización
- Otros colorantes naturales: beterraga, zanahoria, tinta de calamar, pimiento, etc.

Notas:

Semana 3B:

Receta: Raviolos de ricota y espinaca con mantequilla de salvia



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Masa pasta:

0.440	kg	harina
4	uni	huevos
0.010	kg	sal
0.020	lt	aceite oliva

Salsa y presentación:

0.030	kg	mantequilla
0.010	kg	salvia
0.020	kg	arúgula

Relleno/ farce:

0.300	kg	espinacas
1	uni	diente de ajo
0.200	kg	queso ricota
0.020	lt	aceite oliva
0.020	kg	queso parmesano rallado
0.030	kg	piñones tostados
	PM	sal, pimenta, nuez moscada

Palabras técnicas:

Farsa, escalfar, saltear

Proceso:

- Elaborar masa de pasta, reposar en frío.
 - Desojar y saltear las espinacas con ajo, exprimir y picarlas.
 - Preparar la farsa para el relleno (mezclando los ingredientes - reservar algo de piñones para la salsa) y elaborar raviolos.
 - Escalfar raviolos. Saltear piñones en mantequilla y agregar la salvia en chiffonade.
 - Pasar la pasta por la mantequilla y servir
 - Terminar con arúgula y queso parmesano rallado
- Notas:

Semana 3B:

Receta: Salsa Bechamel



Rendimiento: 1 litro

Ingredientes:

1.200 lt	leche
1 uni	bouquet garni
0.070 kg	mantequilla
0.070 kg	harina
	sal, pimienta, nuez moscada

Palabras técnicas:

Roux, mijoter, tamponer

Proceso:

- En una olla rusa, derretir la mantequilla, agregar la harina y cocinar por 3 a 4 minutos sin dar color (roux blanco).
- Agregar de a pocos la leche, siempre moviendo para evitar la formación de grumos.
- Agregar BG y mijoter 25 a 30 minutos para cocinar la harina. Sazonar con sal, pimienta blanca y nuez moscada.
- Tamponer con mantequilla.

• Notas:

Semana 3B:

Receta: Salsa de Tomate



Rendimiento: 1 litro

Ingredientes:

0.050	kg	mantequilla
0.100	kg	tocino en lardones
0.100	kg	zanahoria
0.100	kg	cebolla
0.050	kg	harina
0.100	kg	pasta de tomate
1	kg	tomate
0.020	kg	ajo
1.5	lt	FBA o agua
1	uni	BG

Acabado:

0.020	kg	mantequilla pm
		sal, pimienta
	pm	azúcar (opcional)

Palabras técnicas:

Macedonia, lardón, torrefactar, roux rubio, espumar, fouler, mijoter

Proceso:

- Derretir mantequilla, sudar lardones, cebolla y zanahoria
- Singer, torrefactar, entomatar, sudar
- Mojar con agua, llevar a ebullición, espumar, agregar tomates y BG, mijoter por 45 minutos
- Licuar, colar por chino, reducir de ser necesario, sazonar, terminar con mantequilla

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TÍTULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF_____
FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 4A:

Semana 4A:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> Ensalada Caesar Cordon Bleu de pollo, salsa gribiche y jardinera de legumbres y papas macaire 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> Cordon Bleu de pollo, salsa gribiche y jardinera de legumbres y papas macaire 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Elaborar una emulsión fría estable, realizar croutones de pan, elaborar una ensalada compuesta. Limpiar y deshuesar pechuga de pollo, realizar derivado de mayonesa (emulsión fría estable), realizar empanizado a la inglesa, realizar una fritura profunda, realizar jardinera de legumbres, realizar cocción blanqueado con terminación a la inglesa.	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Habiller de pechuga de pollo, emulsión fría estable (mayonesa), corte jardinera, blanqueado de vegetales, terminación a la inglesa, empanizado a la inglesa, fritura profunda, masa macaire, salteado plano, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 4A:

Receta: Ensalada César con pollo



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

Marinada pollo:

0.400 kg	pechuga de pollo
0.100 lt	aceite oliva
0.010 kg	ajo

Guarnición 1:

0.200 kg	pan Pullman
0.050 kg	mantequilla
0.010 kg	ajo
0.005 kg	tomillo

Guarnición 2

0.060 kg	queso parmesano entero
2 uni	lechuga romana

Salsa Cesar

0.040 kg	filetes anchoas
4 uni	yemas de huevo
0.020 kg	mostaza Dijon
0.060 lt	aceite oliva
1 uni	limón
0.075 kg	queso parmesano rallado
0.020 kg	alcaparras
0.010 kg	dientes de ajo
0.020 lt	salsa inglesa
	sal, pimienta

Palabras técnicas:

Griller, croûtons, emulsión estable, salteado, marinada

Proceso:

- Deshuesar la pechuga y marinarla con el ajo y el aceite de oliva.
 - Cortar croûtons en cubos regulares de 1 x 1 cm y saltearlos en la mantequilla junto con el ajo ecrasse. Agregar el tomillo deshojado, reservar.
 - Cocinar en la parrilla la pechuga marinada y reservar
 - Hacer virutas de parmesano.
 - Cortar la pechuga en trozos regulares
- Vinagreta César:
- Montar una mayonesa con anchoas, alcaparras, ajo picado fino, salsa inglesa, sal, pimienta, mostaza, yemas, vinagre y aceite de oliva luego agregar parmesano rallado.
 - Pasar las hojas verdes con el aderezo César,
 - Montar el plato con armonía y siguiendo las recomendaciones
- Notas:

Semana 4A:

Receta: Cordon bleu de pollo, salsa gribiche, jardinera de legumbres y papas macaire



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

1.2	kg	pollo pechuga
0.100	kg	jamón inglés
0.150	kg	pan rallado
2	uni	huevo de gallina
0.200	kg	queso Edam
0.100	kg	aceite vegetal
0.100	kg	mantequilla

Papas macaire

0.200	kg	papa amarilla
-------	----	---------------

4	u	huevos
0.150	kg	mantequilla
0.100	kg	tocino ahumado
0.120	kg	cebolla blanca
0.125	ata	perejil
0.050	kg	harina
PM		sal / pimienta / n. moscada

Salsa gribiche

4	uni	huevos
0.060	kg	mostaza de Dijon
0.040	kg	vinagre de vino blanco
1	lt	aceite vegetal
0.040	kg	alcaparras
0.040	kg	pepinillo encurtido
1/2	ata	estragón
1/2	ata	perejil
PM		sal/ pimienta

Jardinera de legumbres

0.020	kg	mantequilla
0.100	kg	nabo
0.100	kg	zanahoria
0.100	kg	vainita

Palabras técnicas:

Monter la mayonnaise, fritura profunda, emulsión estable

Proceso:

- Deshuesar el pollo, luego con mucho cuidado hacer una abertura en su centro en forma de bolsillo, sin romperlo, rellenarlo con el jamón y el queso, y sazonarlo.
- Empanizar a la inglesa. Reservar en frío. Papas

Macaire:

- Cortar el tocino en macedonia y la cebolla ciseler, sudar en mantequilla.
- Cocinar las papas en seco y tamizar, agregar mantequilla derretida y yemas de huevo. Incorporar el tocino y la cebolla. Dar forma cilíndrica (4-5cm diámetro), enfriar, cortar monedas de 1cm de ancho, enharinar y sellar para servir.

Salsa gribiche:

- Cocinar los huevos duros. Pelar y separar clara de yema.
- Elaborar una mayonesa firme con una yema cruda e incorporar los demás ingredientes picados, condimentar.

- Notas:

[illegible]

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 4B:

Semana 4B:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> Soufflé de queso, pequeña ensalada verde Pollo cazadora, puré de papas 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> Soufflé de queso, pequeña ensalada verde Pollo cazadora, puré de papas 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Realizará correctamente un aparejo para soufflé, cocción del soufflé, manchoner de una pierna con encuentro de ave, elaborar puré de papas, usar correctamente un tamiz, salteado, desglasado y reducción de salsa	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Limpieza y preparación de pollo (Deshuesar, manchoner, bridar), cocción y textura de puré de papa, textura de salsa cazadora, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 4B:

Receta: Soufflé de queso, pequeña ensalada verde



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Soufflé :

0.030	kg	mantequilla
0.030	kg	harina
0.250	lt	leche
3	uni	yemas de huevo
0.080	kg	queso gruyère rallado râpé
	PM	sal, pimienta, nuez moscada

Finalización:

1	uni	yema de huevo
4	uni	claras de huevo
	pm	sal
4	uni	discos de queso
0.300	kg	lechugas mixtas
0.120	lt	aceite vegetal
0.040	lt	vinagre de vino blanco

Palabras técnicas:

Encamisar, aparejo de soufflé, bechamel, roux

Proceso:

- Hacer una bechamel y sazonar. Temperar y agregar las tres yemas y el queso para la Mornay
- Enmantequillar (chemiser) dos veces (de abajo hacia arriba con pincel) los moldes y reservar al frío.
- Montar las claras a punto nieve y agregar al aparejo junto a la yema cruda
- Rellenar cocottes, dejando 0.5cm de borde, limpiar cocotte
- Emulsionar vinagreta y condimentar con ésta las hojas.
- Cubrir el soufflé con un poco de queso rallado fino y hornear (190° ca. 15 min)
- Servir soufflé con bouquet de ensalada

Notas:

Semana 4B:

Receta: Pollo cazadora, puré de papa



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

4 uni muslos de pollo

0.080 kg aceite vegetal

0.060 kg mantequilla

Puré de Papa:

1 kg papas huamantanga

0.200 kg mantequilla

0.150 lt leche

PM sal / pimienta / nuez moscada

Salsa:

0.060 kg chalotas

0.300 kg champiñones

0.050 lt coñac

0.100 lt vino blanco

1 lt FOR

0.040 kg harina

0.010 kg pasta de tomate

0.020 kg mantequilla/ beurre

0.010 kg estragón

0.010 kg perejil

Palabras técnicas:

Habiller, deshuesar, manchonner, emincer, reducir, flambear, desglasar

Proceso:

- Habiller pollo y manchonner: deshuesar, bridar pierna y muslo, reservar
- Ciseler chalotes, laminar champiñones, hacher perejil y estragón
- Reducir FOA con huesos remanentes previamente dorados
- Cortar la mantequilla en cubos pequeños y reservar al frío. Puré de

Papas:

- Hornear las papas, una vez cocidas, tamizar. Incorporarle la leche caliente y luego la mantequilla fría hasta que quede liso y emulsionado, reservar tapado en baño maría

Pollo:

- Sazonar, saltear a oscuro pierna con muslo en aceite vegetal con mantequilla y llevar al horno para asar
- Desgrasar sartén, agregar chalotas, agregar pasta de tomate y sudar, singer y sudar, flambear con brandy, desglasar con VB. Reducir y llevar a punto napado, verificar sazón y montar con mantequilla fría. Terminar con estragón y perejil.
- Saltear los champiñones cortados en láminas y agregar a la salsa
- Separar la pierna del encuentro, cortar el encuentro en tres.
- Presentar con puré de papas y salsa debajo de la carne

Notas:

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins or other markings on the paper.

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 5A:

Semana 5A:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> • Brochetas a la parrilla, tomate provenzal, papas pont-neuf, salsa bearnesa • Bouef Bourguignon (marinada) 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> • Brochetas a la parrilla, tomate provenzal, papas pont-neuf, salsa bearnesa • Bouef Bourguignon (marinada) 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Emparrillar, marinar en vino, montar salsa emulsionada caliente, elaborar persillade provenzal, elaborar una marinada cocida para carnes	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica - Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica - Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica - Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Limpieza y preparación de solomillo de res (lomo fino), salsa emulsionada caliente (bearnesa), corte y cocción de pont neuf, gratin provenzal, marinada cocida para carnes, cortes de precisión, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 5A:

Receta: Brochetas de lomo tomate provenzal, papas pont neuf, salsa bearnesa



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Brochetas:

0.400	kg	lomo fino de res
0.100	kg	tocineta ahumada
0.400	kg	pimentón rojo
0.400	kg	pimentón verde
0.200	kg	cebolla blanca
0.090	kg	champiñones
0.100	kg	tomate cherry
8	uni	palos de bambú

Marinada:

0.200	lt	aceite oliva
4	uni	dientes de ajo
0.010	kg	tomillo
	pm	sal, pimienta

Guarnición/ Garniture:

0.800	kg	papas blancas
2	uni	tomates
0.100	kg	miga de pan
0.010	kg	perejil
1	uni	diente de ajo
0.020	lt	aceite oliva
0.150	kg	berro

Salsa Bearnesa:

0.160	kg	mantequilla clarificada
0.030	kg	chalotes
0.200	lt	vino blanco
0.100	lt	vinagre
0.010	kg	estragón
0.003	kg	pimienta negra concassé
0.020	ata	perejil
	PM	sal, pimienta

Palabras técnicas:

Mariner, persillade, griller, bouquet

Proceso:

- Cortar carnes y vegetales, (2x2, todo del mismo calibre), marinarlas 20 min. con el aceite el ajo y el tomillo (marinada instantánea)
- Armar 2 brochetas idénticas por ración
- Tallar papas Pont-Neuf y realizar la 1ª cocción.
- Emparrillar (griller) las brochetas cuidando el punto del lomo (término medio). Dejar reposar.
- Clarificar mantequilla, realizar la salsa bearnesa sin colar y terminar con estragón y perejil picado
- Terminar 2ª cocción de las papas, escurrir sobre papel absorbente, sazonar Tomates

provenzales:

- Cortar los tomates a la mitad, quitar semillas y espolvorear con azúcar y sal, dejar reposar para secar (boca abajo).
- Quitar azúcar y sal, rellenar con la miga de pan, el ajo, el perejil picado y el aceite de oliva (persillade) y asar al horno.

Berros:

- Lavar y limpiar berros (separar las ramas pequeñas del tallo principal, evitar raíces)
- Formar un bouquet de berros y pasarlos levemente por una mezcla de aceite de oliva con sal
- Presentar plato decorado con el bouquet de berro, la salsa en un cocotte

Notas:

Semana 5A:

Receta: Boeuf Bourguignon (Marinada)

Ingredientes:

Elementos de la marinada:

0.800	kg	carne de res (asado ruso)
0.080	kg	cebolla
0.080	kg	zanahoria
0.080	kg	poro
0.040	kg	apio
1	uni	bouquet garni
4	uni	dientes ajo
0.400	lt	vino tinto
0.050	lt	aceite vegetal
	PM	pimienta en grano
	PM	bayas de enebro
	PM	clavo de olor

Palabras técnicas:

Paisana, marinada cocida, marinar

Proceso:

Preparar GA para marinada (paisana). Limpiar carne y cortar en cubos de 3 X 3cm.

Sudar la GA, mojar con vino tinto y llevar a hervor, enfriar y mezclar con la carne. Dejar marinar de 24 a 48H con los líquidos.

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 5B:

Semana 5B:

En Demostración
<ul style="list-style-type: none"> • Graved Lax de trucha con blinis • Boeuf Bourguignon • Papas fondant
En la Práctica
<ul style="list-style-type: none"> • Graved Lax de trucha con blinis • Boeuf Bourguignon • Papas fondant

Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Filetear trucha, marinar (curar – graved lax) pescados en marinada cruda, realizar masa blinis (masa leudada), realizar un braseado, guarnición bourguignon, torneado y cocción papa fondant	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Técnica de estofado (ragout), torneado de papas, elaboración de papa fondant, uso de cartouche, glaseado oscuro, salteado, corte lardón, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 5B:

Receta: Graved Lax de trucha con blinis



Rendimiento: 4 porciones Blinis de

cañihua:

0.080	kg	harina de trigo	$\frac{1}{4}$	ata	chincho
0.050	kg	harina de cañihua	1.5	uni	naranja de jugo (jugo y
0.100	lt	leche			zestes)
2	uni	huevo (clara)	0.020	lt	pisco
0.010	kg	polvo de hornear			

0.250 ata perejil picado

0.050 kg mantequilla

PM sal, pimienta y nuez moscada

Trucha marinada:

0.600 kg trucha (filete limpio)

0.150 kg sal gruesa de cusco

0.120 kg azúcar

$\frac{1}{4}$ ata huacatay

$\frac{1}{4}$ ata muña

Puré de palta al comino:

0.4 kg palta madura

0.5 uni naranja de jugo

0.005 kg comino molido

0.030 kg limón

Palabras técnicas:

Marinar, curar, graved lax, fermentar

Proceso:

- Filetear el pescado y reservar.
- Marinar la trucha con la sal, el azúcar y las hierbas picadas (mínimo 1 hora) aplicando peso
- Hacer el "appareil" a blinis y descansar por mínimo 20 min. Reservar la clara.
- Batir la clara de huevo, incorporar delicadamente al aparejo, sazonar y cocinar los blinis en una sartén con mantequilla dando forma redonda (4cm diámetro)
- Enjuagar la trucha y marinar con el jugo de naranja y pisco por 10 minutos.
- Secar la trucha y laminarla delgada de manera sesgada (evitar la grasa).
- Hacer el puré de palta, sazonar con sal, comino, limón y jugo de naranja. Llenar una manga pastelera con boquilla estrella.
- Montar el plato con armonía.

Notas:

Semana 5B:

Semana 5B:

Receta: Boeuf bourguignon



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

Cocción:

0.100	lt	aceite vegetal
0.030	kg	mantequilla
0.050	lt	brandy
0.050	kg	pasta de tomate
0.030	kg	harina
0.500	lt	F.O.R.

Guarnición Bourguignon:

0.160	kg	tocino semi salado
0.050	lt	aceite
0.200	kg	champiñones de parís
0.400	kg	cebollitas
0.010	kg	mantequilla
	PM	azúcar

Palabras técnicas:

Singer, ragoût, glasear, saltear, desglasar, flambear

Proceso:

- Decantar carne de la marinada. Sellar en aceite vegetal y reservar.
- Sudar la GA de la marinada, agregar pasta de tomate y singer, sudar. Flambear con brandy y desglasar con vino de la marinada. Adicionar la carne, mojar con el FOR y tapar con cartouche.
- Cocinar mínimo 1H a al horno a 180°C tapado.
- Decantar y pasar la salsa por chino. Llevar a hervor, reducir a punto, sazonar y terminar con nuez de mantequilla. Agregar la carne y servir.
- Glasear cebollas a oscuro, saltear lardones de tocino y los champiñones en ¼ en la misma grasa.
- Servir en plato hondo con armonía

Notas:

Semana 5B:

Receta: Papas fondant



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

Cocción:

2.400	kg	papa negra
1	lt	FBA
0.120	kg	mantequilla PM
		sal / pimienta

Palabras técnicas:

Turner

Proceso:

- Lavar, pelar y enjuagar las papas.
 - Tornear fondant, en forma de "savonette"
 - Para la cocción, fundir la mantequilla en un sautoir y disponer las papas sobre su cara plana
 - Mojar con el FBA hasta la mitad de altura de las papas, sazonar y cubrir con cartouche.
 - Cocinar en horno moderado (180°) hasta que la papa este suave - bañar frecuentemente con el líquido de cocción.
 - Quitar el cartouche y glasear la papa con el FBA reducido y mantequilla
- Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 6A:

Semana 6A:

En Demostración
<ul style="list-style-type: none"> • Blanqueta de ternera a l'ancienne • Pechuga de pollo en salsa suprema y arroz pilaf
En la Práctica
<ul style="list-style-type: none"> • Pechuga de pollo en salsa suprema y arroz pilaf

Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Realizar blanqueta, manchoner, realizar velouté, liaison, cocción arroz pilaf, tornados, glaseado de vegetales a blanco, glaseado de con salsas	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica - Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica - Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica - Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Habiller pollo, manchoner, torneado de vegetales, glaseado de vegetales, uso de cartouche, textura de salsa ligada, técnica de pilaf, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

--	--

Práctica 6A:

Receta: Blanqueta de ternera a "l'ancienne"



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

0.800	kg	brazuelo de ternera
0.200	kg	zanahoria
0.200	kg	cebolla clavada
0.200	kg	poro blanco
0.100	kg	apio
1	uni	bouquet garni
2	uni	dientes de ajo
2	lt	agua

Velouté:

0.500	lt	fondo de cocción
0.030	kg	mantequilla
0.030	kg	harina
0.200	lt	crema de leche
2	uni	yemas de huevo

Guarnición a la antigua:

0.200	kg	champiñones
0.200	kg	cebollitas
0.040	kg	mantequilla
1	uni	limón
0.010	kg	azúcar
	PM	sal

Guarnición 2:

0.300	kg	zanahoria
0.200	kg	zucchini
0.040	kg	mantequilla
0.010	kg	azúcar
	PM	sal

Palabras técnicas:

Mijoter, blanquear, glasear, tornear, liaison

Proceso:

- Limpiar y cortar carne de ternera, enjuagar. Blanquear a partir de agua fría, espumar, escurrir y enjuagar.
 - Cortar mirepoix, hacer BG.
 - Cocinar la carne de ternera, junto con GA y BG, salar levemente y llevar a hervor, bajar fuego y mijoter hasta que la carne se ablande.
 - Al final de la cocción, reservar la carne.
 - Realizar una velouté con el caldo de cocción y terminarla como sauce allemande (velouté + crema + yema) y unas gotas de limón.
 - Pelar champiñones y cocinar a blanco
 - Glasear las cebollas y zanahorias a blanco, blanquear zucchini y terminar a la inglesa
 - Servir en plato hondo con armonía
- Notas:

Práctica 6A:

Receta: Pechuga de pollo en salsa suprema y arroz pilaf



Rendimiento: 4 pax Cocción del

pollo:

2	uni	pechuga con ala
1.5	lt	FBA
0.080	kg	zanahoria mirepoix
0.080	kg	cebolla mirepoix
0.002	kg	clavo de olor
0.080	kg	poro mirepoix
0.040	kg	apio

Guarnición:

0.040	kg	mantequilla
0.080	kg	cebolla blanca
0.410	lt	FBA
0.320	kg	arroz
	PM	sal/pimienta blanca

Guarnición 2:

0.400	kg	zanahoria
0.005	kg	sal
0.010	kg	azúcar

Palabras técnicas:

Mijoter, liaison, glasear, nacarar, velouté, escalfar

Proceso:

- Manchoner pechuga de pollo. Escalfar en FBA + GA hasta llegar a 67°C (temperatura corazón)
- Salsa Suprema: Roux (40g harina, 60g mantequilla x litro de FBA) + FBA + liaison + mantequilla + jugo de limón
- Arroz: Sudar cebolla en mantequilla, agregar el arroz y nacarar, agregar 1.5 veces el volumen del arroz en agua o FBA CALIENTE. Agregar BG, sal, llevar a hervor y tapar con cartouche, cocinar 17 minutos a 175°C. Terminar con mantequilla en cubos para desgranar.
- Zanahorias: tornear zanahorias y glasear (sal, azúcar, mantequilla y agua – cocción con cartouche).
- Glasear pechuga escalfada con la salsa antes de cortar en abanico y servir el plato con armonía

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 6B:

Semana 6B:

En Demostración
<ul style="list-style-type: none"> • Ñoquis piemonteses con salsa putanesca • Ñoquis "Parisina" con salsa cuatro quesos • Ñoquis "Romana"
En la Práctica
<ul style="list-style-type: none"> • Ñoquis piemonteses con salsa putanesca • Ñoquis "Parisina" con salsa cuatro quesos

Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Identificar tipos de Ñoquis, usar correctamente balanza, usar tamiz, gratinar	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Mondado de tomates, tamizado de papa, elaboración (formado) de ñoquis, escalfado de masas, roux blanco, salsa bechamel), elaboración de choux, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 6B:

--	--

Semana 6B:

Receta: Ñoquis piamonteses con salsa putanesca



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Ñoquis:

1	kg	papas amarillas
0.200	kg	harina
4	uni	yemas de huevo
PM		sal, pimienta, nuez moscada

0.080	lt	aceite de oliva
1	uni	peperoncino
3	uni	ajo
4	uni	anchoas
0.040	kg	alcaparras
0.080	kg	aceituna negra
0.040	kg	queso parmesano rallado
0.500	kg	tomates
¼	ata	perejil
¼	ata	albahaca

Palabras técnicas:

Tamizar, mondar, concassé, escalfar

Proceso:

- Cocinar las papas al horno (160°C)
- Pasar las papas por la prensa o el tamiz
- Ligar con yemas y harina y sazonar
- Formar los ñoquis con un tenedor o la herramienta de ñoquis.
- Escalfar en abundante agua con sal. Salsa:
- Poner en una sauteuse o sautoir el aceite de oliva, ajos emince, anchoas, alcaparras y el peperoncino, calentar sin freír.
- Mondar tomate, vaciar y cortar en macedonia (tomate concassé) y agregar a la preparación anterior
- Terminar con el perejil picado y la albahaca chiffonade.
- Servir en plato hondo

Notas:

Semana 6B:

Receta: Ñoquis "Parisina" con salsa cuatro quesos



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Pâte à Choux:					
0.125	lt	leche	0.050	kg	queso mozzarella
0.125	lt	agua	0.050	kg	queso roquefort
0.125	kg	harina	0.050	kg	queso parmesano
0.075	kg	mantequilla	0.050	kg	queso gruyère
4	uni	huevos	0.030	kg	harina
PM		sal	0.030	kg	mantequilla
			0.500	lt	leche
			0.120	lt	crema de leche
			0.010	lt	vino blanco
			2	dte	ajo
			PM		sal /pimenta /nuez moscada

Palabras técnicas:

Tamizer, monder, paté a choux

Proceso:

Elaborar masa à choux:

- Llevar a hervor la leche, el agua y la mantequilla y la sal. Incorporar de golpe la harina previamente tamizada. Secar a fuego bajo (Dessécher une pâte à choux).
- Retirar del fuego, bajar la temperatura e incorporar los huevos de a uno hasta que esté a punto. Poner en manga.
- Descargar porciones de masa (formato bouchon) sobre el agua hirviendo con sal y escalfar. Refrescar una vez cocidos los ñoquis.

Salsa:

- Calentar la crema con el ajo.
- Hacer una salsa bechamel, llevarla a ebullición y agregar los quesos cortados en cubos.
- Mezclar la crema
- Incorporar el vino blanco para aromatizar, rectificar la sazón.
- Colocar salsa en un refractario, los ñoquis encima y cubrir con más salsa.
- Llevar al horno y gratinar a 200°C

Notas:

Semana 6B:

Receta: Ñoquis "Romana"



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Ñoquis:

0.600	lt	leche
0.140	kg	sémola de trigo
0.100	kg	mantequilla
3	uni	yemas de huevo

Guarnición:

2	uni	dientes de ajo
0.100	kg	espinacas
0.020	kg	salvia
0.040	kg	mantequilla
0.010	lt	aceite oliva
0.080	kg	queso parmesano rallado
0.100	kg	jamón serrano
	pm	sal pimienta, nuez moscada

Palabras técnicas: Tamizer,
monder

Proceso:

- En aceite de oliva, saltear el ajo solamente aplastado (e-crassé), retirarlo, añadir la espinaca en chiffonade, reservar
- Hacer hervir la leche junto con la mantequilla y la sal. Incorporar la sémola en forma de lluvia y cocinar 5 minutos. Retirar del fuego e incorporar las yemas, la espinaca del paso anterior, el jamón cortado en juliana, un chorro de aceite de oliva y el queso parmesano rallado. Estirar en papel film a 1 cm de grosor y enfriar.

Salsa:

- Fundir la mantequilla e incorporar la salvia en chiffonade, rectificar condimentos.
- Cortar 3 discos de la masa por ración, cubrir cada uno con el resto del queso, gratinar a 200°C sobre placa engrasada.
- Presentar con la mantequilla de salvia y con hojas de salvia fritas por encima

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TÍTULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 7A:

Semana 7A:

En Demostración
<ul style="list-style-type: none"> • Bisque de crustáceos • Calamares rellenos con couscous sobre tomates cherry
En la Práctica
<ul style="list-style-type: none"> • Bisque de crustáceos • Calamares rellenos con couscous sobre tomates cherry

Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Identificar mariscos frescos, limpiar mariscos, realizar un bisque de crustáceos, realizar una farsa, brasear calamares, emulsión inestable caliente	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Habiller de calamares, elaboración de farsa, cocción de espárragos, hidratación de couscous, salteado y braseado, cortes de precisión, reducción, emulsión de salsas con mantequilla, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 7A:

Receta: Bisque de crustáceos



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

Base:

0.500	kg	langostinos
0.050	kg	zanahoria
0.100	kg	cebolla
0.050	kg	apio
0.050	kg	poro (blanco)
0.050	lt	aceite oliva
0.100	lt	vino blanco
0.050	lt	coñac
1	lt	fumet de pescado
0.030	kg	pasta de tomate
0.120	kg	tomate concasée
2	uni	dientes de ajo
1	uni	bouquet garni
0.050	kg	arroz
0.100	lt	crema de leche
Sazón final		
PM		sal, pimienta cayena

PAISANA

Palabras técnicas:

Mouiller, Raidir, mijoter

Proceso:

- Pelar los langostinos y separar las carcasas, cortarlos y reservar.
- En una olla, saltear las carcasas de langostinos, añadir la paisana de vegetales, el ajo, la pasta de tomate y sudar, flambear con coñac, desglasar con vino blanco y mojar con fumet, añadir el arroz, el BG, cocinar aprox. 20 min.
- Retirar el BG, licuar, colar fino con fouler, devolver a la olla y terminar con crema, rectificar la sazón
- Cortar langostinos en trozos de 1 cm, saltear y presentar en plato hondo con la bisque

Notas:

Semana 7A:

Receta: Calamares rellenos sobre tomates cherry



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

0.400 kg calamares
Relleno:
0.050 kg mantequilla
0.050 kg chalotes
0.100 kg tocineta ahumada
0.200 kg morcilla
0.005 kg tomillo fresco
0.100 kg pecado

Estofado:
0.050 kg mantequilla
0.240 kg cebollas rojas
0.020 kg ajo
0.400 kg tomates cherry
0.100 lt vino blanco
PM azúcar
½ ata albahaca

Guarnición 1:
1 ata espárragos verdes

Decoración:
0.050 kg limón Tahití

Palabras técnicas:

Habiller, farcir, brasear, saltear, hidratar, sellar

Proceso:

- Habiller calamares, limpiar, pelar y lavar tubos, separar patas
- Para el relleno, sudar en mantequilla las chalotas cinceladas y tocino en brunoise, agregar morcilla desmenuzada, tomillo y sazón
- Realizar un mousseline con el camaron.
- Unir todo y proceder en rellenar (Farcir) los tubos de calamares, cerrarlos con mondadientes.
- Saltear los calamares para colorear ligeramente. Reservar Cocción:
- Cincelar las cebollas, rebanar los ajos y sudarlos en mantequilla, añadir los tomates cherry, incorporar el vino blanco, azúcar y sazonar (sal, pimienta, pizca de azúcar). Cubrir con ramas de albahaca y colocar los calamares encima. Tapar y cocinar 10min al horno (braseado)
- Reposar el calamar antes de cortar.
- Retirar la albahaca. Llevar a fuego y reducir líquido. Emulsionar fuera del fuego con trozos de mantequilla fría

- Notas:

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 7B:

Semana 7B:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> Repaso de técnicas 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> Repaso de técnicas 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Repaso de técnicas examen parcial	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica - Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica - Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica - Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Llega al examen parcial con el conocimiento técnico suficiente para rendir un examen satisfactorio.	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

--	--

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 8:

Examen parcial

Cocina Básica

Semana 9A:

Semana 9A:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> • Muselina de pescado y conchas a la florentina • Filete de pescado "Dugleré" • Torneado de papas 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> • Filete de pescado "Dugleré" • Torneado de papas 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Realizar farsa (fina) mouselina, cocción a blanco, concassé de tomate, escalfar pescados, braseado en corto mojamiento, salsa emulsionada inestable caliente, torneado de papas	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica - Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica - Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica - Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Habiller del pescado, court bouillon, técnica de escalfado, uso de cartouche, torneado de champiñones, tomate concassé, cortes de precisión, emulsión, torneado y cocción de papas, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 9A:

Receta: Muselina de pescado y conchas a la florentina



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes: Fondue de

tomate :

0.250 kg tomate

0.030 kg

chalotas

0.005 kg

ajo pelado

1 uni

bouquet garni

Farsa:

0.300 kg

pescado blanco

1 uni

clara de huevo

PM

sal/ pimienta/ nuez m.

0.250 lt

crema de leche

12 uni

conchas de abanico

0.500 ata

espinaca

Salsa:

0.030 kg

chalotas

0.070 kg

vino blanco

0.200 lt

crema de leche

0.005 kg

azafrán

0.002 kg

cúrcuma

0.030 kg

mantequilla

PM

sal

PM

pimienta cayena

PM

almidón de maíz

Decoración:

1/8 ata

perejil crespo

Palabras técnicas:

Tapisser, sangler, Farce mousseline, reducer, escalfar, encamisar

Proceso:

- Realizar una fondue de tomate de manera tradicional
- Habiller concha
- Habiller pescado Farsa y

producto principal:

- Enmantequillar un cocotte.
- Blanquear las hojas de espinaca, secarlas y con ellas encamisar (Tapisser) la cocotte.
- Procesar el pescado con clara de huevo y sazonar. Tamizar. Sangler en BM invertido adicionando crema de leche de a pocos.
- Rellenar con una capa de farsa de pescado, en medio disponerle la conchita limpia, terminar de rellenar el cocotte
- Cubrir con las hojas de espinaca
- Tapar la cocotte con papel film, cocer en horno de 170 C en baño maría por 30 minutos o que en el centro tenga 70°C (con ayuda de un termómetro)

Salsa:

- Reducir el vino blanco con los chalotes y esperar a que evapore el alcohol. Incorporar la crema de leche (guardar un poco para decoración) y el azafrán y cúrcuma, dejar que tome punto napado (opcional ligar con almidón). Colar y montar con mantequilla. Sazonar con sal y la pimienta de cayena.

Emplatado:

- Desmoldar el cocotte, servir acompañando con la salsa y la fondue de tomate, decorar con bouquet de perejil crespo.

Notas:

Semana 9A:

Receta: Filete de pescado "Dugleré"



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

2 x 0.800	kg	pescado
0.070	kg	chalotes
0.400	kg	tomate italiano
0.150	kg	champiñones blancos
0.300	lt	vino blanco
0.400	kg	espinacas
12	uni	tomate cherry
0.020	kg	perejil
0.150	kg	mantequilla
	PM	sal, pimienta blanca
1	uni	limón

Palabras técnicas:

Habiller, braseado en corto mojamiento, escalfar, encamisar, saltear, reducir, emulsionar

Proceso:

- Habiller el pescado y preparar un fumet rápido con los remanentes, colar y enfriar.
- Ciseler chalotes. Mondar tomates, y cortar en macedonia, reservar.
- Tornear champiñones y cocinar a blanco.
- En un sautoir frío enmantecado, disponer las chalotes, perejil y tomates en macedonia, los filetes de pescado previamente sazonado y doblados apropiadamente, mojar con el fumet y VB hasta la mitad de la altura, llevar líquido de cocción a punto de hervor, cubrir con un cartouche engrasado y colocar en horno (ca. 10 min).
- Saltear tomates cherry. Deshojar las espinacas lavadas y saltear en mantequilla, reservar
- Una vez cocido el pescado, decantar el pescado, reducir el líquido de cocción, montar con trozos de mantequilla bien fría fuera del fuego → emulsión inestable caliente. Sazonar
- Presentar pescado sobre cama de espinacas salteadas a partir de crudo, tomates Cherry, champiñones y bañar con la salsa y su guarnición.

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TÍTULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 9B:

9

Semana 9B:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> • Quenelles Lyonnaises con salsa Cardenal • Choros mariniere en salsa Poulette • Papillote de pescado blanco y mariscos, étuvée de vegetales, papas parisienne 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> • Choros mariniere en salsa Poulette • Papillote de pescado blanco y mariscos, étuvée de vegetales, papas parisienne 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Identificar y realizar una masa panade, realizar salsa ligada (bechamel), mantequilla de crustáceos, limpiar y cocinar choros (cocción mariniere, boleado de papas, realiza quenelles, reconoce y aplica técnica de papillote y estofado de vegetales	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Habiller pescados y mariscos, cocción de choros (marinera), cortes de precisión, boleado de papas (parisienne), cocción vapor, estofado de vegetales, cocción en papillote, gratinado, reducción, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 9B:

Receta: Quenelles Lyonnaises con salsa cardenal



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Panade:

- Masa choux
 - 0.062 kg harina
 - 2 uni huevos
 - PM sal
 - 0.025 kg mantequilla
 - 0.125 kg leche
- Pescado:
 - 1** kg pescado blanco o
 - 0.5 kg filete de pescado
 - 0.05 kg mantequilla PM
 - sal / pimienta
- 0.1 ata perejil crespo

Salsa Bechamel:

- 0.030 kg mantequilla
- 0.030 kg harina
- 0.600 lt leche
- 1** uni cebolla
- PM laurel / tomillo
- PM sal / pimienta / nuez moscada clavo de olor

Mantequilla de Crustáceos:

- 2** uni cangrejo o langostinos o camarones
- 0.3** kg mantequilla

Palabras técnicas:

Sangler, farce, tamizar, panade, quenelle, clarificar, paté a choux, gratinar

Proceso:

Panade:

- Realizar paté a choux: en una olla agregamos la leche, sal y la mantequilla, cuando está hirviendo agregamos la harina de golpe, secar a fuego lento, temperar y agregar los huevos previamente batidos poco a poco. Guardar en frío con film a contacto.
- Procesar el filete de pescado y tamizar. Sazonar. Agregar la mantequilla empomada.
- Mezclar 250g de choux con 500g de pescado procesado.
- Formar quenelles con dos cucharas y escalfar en agua con sal por 12-15 min. Salsa:
- Saltear los mariscos hasta colorearlos por completo, agregar mantequilla cortada en cubos y clarificar a fuego lento. Espumar, colar por etameña, enfriar.
- Realizar una salsa bechamel con media cebolla clavada con clavo y BG. Colar.
- Agregar mantequilla de crustáceos fría a la salsa bechamel, emulsionar.

Montaje:

- En molde refractario colocar quenelles cocidas, bañar con salsa Cardenal y gratinar con nuez de mantequilla a 200°C

Notas:

Semana 9B:

Receta: Choros mariniere en salsa Poulette



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes: Elementos

de base:

2.000	kg	choros
0.050	kg	mantequilla
0.100	kg	chalota
0.200	kg	vino blanco
0.100	kg	champiñones

Salsa: (velouté de pescado)

0.050	kg	harina
0.060	kg	mantequilla
1.000	kg	fumet
0.030	kg	limón
0.200	kg	crema de leche
¼	kg	perejil crespo
2	kg	huevos (yema)

Palabras técnicas:

Mariniere, èbarber, velouté, liaison

Proceso:

- Cocinar los choros a la marinera, quitarle la valva, limpiar barbas y estómago. Decantar líquido de cocción.

Salsa:

- Ligar el fumet de pescado con roux → velouté. Reducir ligeramente el líquido de la cocción de los choros, colar y sumar a la preparación anterior.
- Incorporar la liaison (crema y yemas), jugo de limón y condimentos.
- Filtrar la salsa antes de servirla sobre los choros
- Terminar con perejil picado.

Notas:

Semana 9B:

Receta: Papillote de pescado blanco y mariscos, étuvée de vegetales, papas parisienne



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Salsa:

0.040 kg chalotes
0.080 lt vino blanco
0.010 kg estragón
0.050 lt pastis
0.020 kg mantequilla
0.100 lt crema de leche PM sal,
pimienta
0.500 kg choros

0.100 kg langostinos limpios
8 uni conchas de abanico limpias
0.600 kg filete de pescado blanco Juliana:
0.200 kg zanahorias
0.200 kg poro
Papas parisienne:
0.600 kg papas blancas

Palabras técnicas:

Ébarber, papillote, reducir, marinieren, estofar

Proceso:

- Estofar en la mantequilla las zanahorias y poros cortados en juliana, reservar
- Cocinar choros a la marinieren, limpiar choros, colar fondo de cocción.
- Habillar langostinos y conchas.
- Habillar pescado, reservar filetes limpios y sin piel, sazonar ligeramente
- Cortar papas parisienne, escalfar Salsa:
- Reducir VB con pastis (anís), chalotas cinceladas y estragón. Agregar la crema y volver a reducir. Agregar fondo de choros. Montar con mantequilla, rectificar sazón, colar.

Armado:

- Sobre un trozo de aluminio (parte opaca, colocar una cama de verduras estofadas, el filete de pescado, VB, rama de estragón. Sellar herméticamente y hornear a 180°C por 15 a 20 min.
- Servir el papillote, abrirlo con cuidado, retirar el estragón.
- Colocar las papas dentro del papillote y salsear. Decorar con limón.

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 10A:

Semana 10A:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> • Aumoniere con ratatouille y pesto genovés • Navarin Printanier 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> • Aumoniere con ratatouille y pesto genovés • Navarin Printanier 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Elaborar y cocinar masa de crêpes, realizar estofado de vegetales, elaborar un pesto, limpiar un brazuelo de cordero, estofado (navarín), tornear vegetales, glasear, blanquear vegetales	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica - Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica - Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica - Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Limpieza y preparación de brazuelo de cordero, corte de vegetales (mirepoix), torneado y glaseado de vegetales (cocotte), glaseado de cebollas (a brun), cocción blanqueado (arvejas, vainitas), estofado de carnes, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 10A:

Receta: Aumoniere Ratatouille con pesto



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Masa de crepes:

0.250	lt	leche
2	uni	huevos
0.125	kg	harina
0.100	kg	mantequilla

Pesto:

0.300	kg	albahaca
0.200	kg	piñones
0.300	kg	queso parmesano
0.150	kg	aceite de oliva
0.030	kg	ajo

Ratatouille:

0.300	kg	berenjenas
0.200	kg	zucchini
0.300	kg	pimiento rojo
0.150	kg	cebolla
0.030	kg	ajo
0.400	kg	tomate
0.120	lt	aceite oliva
1	uni	bouquet garni
	PM	sal, pimienta

Palabras técnicas:

Étuver, macedonia, aparejo de crêpes

Proceso:

Masa de crepes:

- Mezclar la totalidad de la harina y los huevos con la mitad de la leche (romper grumos), batir enérgicamente e incorporar el resto de la leche hasta que se forme una masa líquida y lisa, perfumar con la mantequilla noisette y sazonar con sal, dejar reposar mínimo 20' en frío.
- Realizar crêpes sin coloración, muy delgados.

Ratatouille:

- Realizar fondue de tomates.
- Morronear pimientos, cortar en macedonia.
- Cortar berenjenas y zucchini en macedonia.
- Saltear los vegetales con leve coloración. Bajar fuego, incorporar fondue de tomates y estofar tapado con cartouche. Sazonar y reservar.

Pesto:

- Procesar todos los ingredientes, sazonar, reservar. Armado:
- Disponer crêpe en un plato, colocar en el centro un poco de la ratatouille, cerrar con ayuda de un mondadiente y gratinar en horno (pincelar con mantequilla antes de gratinar). Retirar mondadiente, servir y acompañar con el pesto.

Notas:

Semana 10A:

Receta: Navarin Printanier



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

0.800	kg	brazuelo de cordero limpio	Guarnición:		
0.020	lt	aceite oliva	0.100	kg	cebollitas perla
	pm	sal, pimienta, tomillo	0.025	kg	mantequilla
0.120	kg	cebolla	1.200	kg	papas blancas
0.120	kg	zanahoria	0.100	kg	vainitas
0.030	kg	dientes de ajo	0.100	kg	arvejas peladas
1	uni	bouquet garni	0.100	kg	zanahoria
0.030	kg	pasta de tomate	0.100	kg	nabo
0.020	kg	harina		PM	azúcar
0.500	lt	agua		PM	perejil, sal, pimienta
0.025	kg	mantequilla	0.060	lt	aceite vegetal

Palabras técnicas:

Torréfier, blanquear, glasear, estofar

Proceso:

- Sellar la carne cortada en cubos, reservar, sudar mirepoix, entomatar y sudar nuevamente. Sinter y torréfier al horno. Agregar nuevamente la carne y el mojamiento, llevar a hervor y cocinar al horno tapado (1.5hrs).
- Tornear papas (tamaño ligeramente inferior a papa vapor) y blanquearlas desde agua fría con sal, reservar.
- Glasear "a brun" cebollitas perla
- Glasear "a blanc" zanahorias y nabos torneados
- Al final de la cocción, décanter el navarin, colar la salsa, sazonar.
- Devolver carne a la salsa, agregar papas torneadas para que se terminen de cocinar.
- Blanquear arvejas y vainitas.
- Montar el navarin con un poco de mantequilla y añadir perejil picado.
- Servir en plato hondo acompañado por los vegetales

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TÍTULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tu propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 10B:

Semana 10B:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> Fricasé de ave con arroz pilaf Curry de ave con arroz Madrás 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> Curry de ave con arroz Madrás 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Manchoner un ave, glasear echalotes, elaborar pilaf, estofar	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica - Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica - Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica - Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Habiller de pollo, textura de salsas: fricasé y curry, corte de vegetales (macedonia), cocción de arroz pilaf, cocción adecuado de vegetales, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabaj	Práctica - Observación

Semana 10B:

Receta: Fricasé de ave con arroz pilaf



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

1	uni	pollo entero
0.080	kg	aceite vegetal
0.060	kg	mantequilla
<u>Salsa:</u>		
0.060	kg	Cebolla
0.060	kg	Harina
0.500	Lt	FBA
0.300	Lt	Crema de leche

<u>Guarnición:</u>		
0.250	kg	champiñones
0.060	kg	cebolllitas pequeñas
0.060	kg	azúcar
0.100	kg	mantequilla
<u>Arroz pilaf:</u>		
0.400	kg	arroz
0.040	kg	mantequilla
0.080	kg	cebolla
0.600	lt	fondo blanco de ave

Palabras técnicas:

Nacarar, fricasé, glaseado "a blanc"

Proceso:

- Habiller pollo y manchonner: deshuesar, bridar pierna y muslo, reservar Fricasé:
- Sazonar el pollo y saltear dando una ligera coloración, reservar.
- Desgrasar y sudar la cebolla ciceler, singer (50 gr harina x lt de FBA)
- Volver a incorporar las presas de ave y estofar tapado en horno a 180°C.
- Tras la cocción decantar el pollo, reducir salsa a punto y agregar la crema.
- Colar por chino etamine, sazonar.

Guarnición:

- Glasear a blanco las cebollas
- Saltear los champiñones emmincer Arroz:
- Sudar la cebolla en mantequilla, nacarar arroz, agregar fondo caliente, salar, B.G, tapar (cocción al horno 175°C 17 minutos)

Notas:

Semana 10B:

Receta: Curry de ave con arroz Madrás



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

4	uni	piernas de pollo con encuentro
0.040	lt	aceite vegetal
<u>Salsa:</u>		
0.120	kg	cebolla
0.010	kg	ajo
0.200	kg	manzana
0.125	kg	piña Golden
1	uni	plátano de seda
0.010	kg	curry en polvo
0.005	kg	curry en pasta
1	lt	FBA
0.400	lt	leche de coco
1	uni	BG (hierba Luisa y hojas de
		limón)
1	uni	limón
	PM	sal, pimienta

Arroz Madrás:

0.200	kg	arroz
0.120	kg	cebolla
0.070	kg	mantequilla
0.350	lt	fondo blanco de ave
1	uni	bouquet garni
0.010	kg	pasas
0.010	kg	kion
0.020	kg	almendras rebanadas repeladas
0.040	kg	mantequilla
0.125	kg	piña Golden
0.100	kg	zucchini
0.020	kg	culantro fresco

Terminación:

4	uni	plátano bizcocho
---	-----	------------------

Palabras técnicas:

Décanter, crémer, salteado, estofar, Habiller, manchonner

Proceso:

- Habiller piernas de pollo, deshuesar encuentros, manchonner, bridar, sazonar, sellar y dorar en aceite
- Sudar cebolla y ajo en aceite, agregar la manzana, la piña y el plátano cortados en macedonia, espolvorear con el curry en polvo, añadir pasta de curry y sudar, mojar con FBA, agregar el BG, leche de coco, llevar a ebullición, incorporar las piernas de pollo y estofar tapado.
- Decantar el pollo, licuar la salsa y colar en chino fino, terminar con la crema y sazonar con sal, pimienta y limón, reservar
- Elaborar arroz pilaf de manera tradicional, sudar pasas hacher, el kion hacher, la piña y zucchini en macedonia en mantequilla, agregar polvo de curry y finalmente incorporar el arroz pilaf.
- Saltear plátano y piña (para decoración)
- Presentar en plato hondo con bastante salsa. Terminar con culantro hacher.

Notas:

Semana 10B:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 11A:

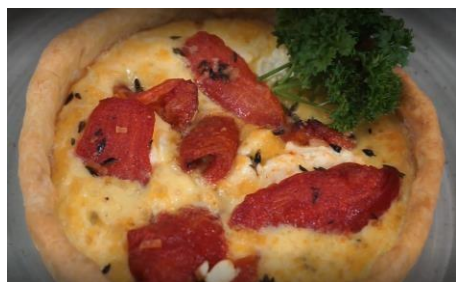
Semana 11A:

En Demostración
<ul style="list-style-type: none"> • Quiche de queso de cabra y tomate. • Chuleta de cerdo charcutiere, galette de papas
En la Práctica
<ul style="list-style-type: none"> • Quiche de queso de cabra y tomate. • Chuleta de cerdo charcutiere, galette de papas

Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Manchoner chuleta de cerdo, realizar salsa charcutiere, elaborar una masa brisé y cocción a blanco, aparejo de quiche, royale	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Elaborar appareil royale, confitar tomates, forrado de tarta, horneado de tarta a blanco. Habiller de chuleta de cerdo (desolidarizar y manchoner), corte de vegetales (emincer, juliana, escaloper), cocción de chuleta (saltear, asar), textura de salsa charcutiere, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza).	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 11A:

Receta: Quiche de queso de cabra y tomate



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Masa brisée:

0.250 kg harina
0.125 kg mantequilla
PM agua helada
1 uni yema de huevo
0.005 kg sal

Royale:

0.120 lt leche fresca
0.100 lt crema de leche
3 uni yemas de huevo
PM sal / pimienta / n. moscada

Relleno:

0.300 kg tomates
0.200 kg cebolla blanca
0.060 kg queso de cabra
1/8 ata tomillo
kg azúcar
0.050 kg ajo pelado

Palabras técnicas:

Foncer, pâte brisée, royal, confitar, cocción a blanco

Proceso:

- Enarenar la mantequilla con la harina, agregar pizca de sal, el agua y el huevo, amasar levemente hasta formar un bollo. Dejar reposar
- Para la royale mezclar todos los ingredientes y rectificar la sazón
- Confitar los tomates al horno, con el ajo y el tomillo
- Forrar los aros, cocinar a blanco la masa (con peso)
- Rellenar el quiche con queso de cabra desmenuzado, los tomates, cubrir con la royale y hornear hasta dorar en horno 180°C.
- Reposar y desmoldar

Notas:

Semana 11A:

Receta: Chuleta de cerdo charcutiere, galette de papas



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

Cerdo:

4	uni	chuleta de cerdo de 250 gr
0.020	lt	aceite vegetal
0.040	kg	mantequilla
PM		sal, pimienta

Salsa:

0.050	kg	chalotas
0.100	lt	vino blanco
1	lt	FOR
0.020	kg	mostaza Dijon
0.050	kg	pepinillos agrios
0.020	kg	perejil
0.020	kg	mantequilla

Galette de papas:

0.800	kg	papas blancas
0.150	kg	champiñones
0.100	kg	cebolla
6	uni	huevos
0.020	kg	perejil
0.040	lt	aceite vegetal
0.200	kg	mantequilla

Palabras técnicas:

Manchonner, desolidarizar, saltear, asar, reducir

Proceso:

- Reducir FOR
- Habillar la chuleta de cerdo, sazonar y saltear con color por ambos lados.
- Desgrasar sartén, envolver hueso de chuleta en aluminio, terminar cocción al horno 180 °C, T° interna 68 °C.

Galette de papas:

- Saltear los champiñones y cebolla cortados en emincer
- Cortar las papas en juliana y blanquear en aceite a 130 ° hasta que estén cocidas (suaves), escurrir.
- Unir los ingredientes y agregar los huevos y el perejil picado, cocinar hasta el punto deseado en una sartén pequeña

Salsa:

- Sudar chalotas, luego agregar mostaza, desglasar con vino blanco reducir, finalizar con el FOR previamente reducido y terminar con pepinillos en juliana.
- Rectificar sazón y finalizar con mantequilla.

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 1 1 B:

Semana 11B:

En Demostración
<ul style="list-style-type: none"> • Masa de hojaldre rápida. • Jalousie de pescado con salsa de vino blanco • Pequeños pates hojaldrados
En la Práctica
<ul style="list-style-type: none"> • Masa de hojaldre rápida. • Jalousie de pescado con salsa de vino blanco • Pequeños pates hojaldrados

Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Elaborar una masa hojaldre, laminar hojaldre, elaborar farsa charcutiere, elaborar farsa muselina.	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Elaboración de un hojaldre rápido, laminado y horneado, elaboración de farsa muselina, textura de salsas de vino blanco, elaboración de farsa charcutiere, ciseler de vegetales, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 11B:

Receta: Masa de Hojaldre rápido



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

Hojaldre rápido:

0.350 kg	harina
0.007 kg	sal
0.180 Lt	agua
0.280 kg	margarina hojaldre

Palabras técnicas:

Melanger, detrempe, laminar

Proceso:

- Mezclar todo en batidora y formar una masa homogénea.
- Proceder al laminado respectivo:
 - Vuelta doble y simple, reposo 30 minutos al frío, vuelta doble y simple, reposo de 30 minutos

Semana 11B:

Receta: Jalousie de pescado con salsa de vino blanco



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

PM		masa hojaldre
<u>Farsa muselina:</u>		
0.500	kg	filetes de basa
1	uni	clara de huevo (opcional)
0.300	lt	crema de leche
1/10	ata	tomillo picado
0.005	kg	sal
0.002	kg	pimienta cayena
1/4	ata	perejil

Salsa de vino blanco:

1	lt	fumet de pescado
0.060	kg	mantequilla
0.040	kg	harina
0.200	lt	vino blanco
0.150	lt	crema de leche
1	uni	yema de huevo
0.020	kg	mantequilla (terminación)
0.750	kg	masa de Hojaldre

Palabras técnicas:

Melanger, enfourner, sangler, mousseline, dorure

Proceso:

- Habiller pescado
- Elaborar una farsa muselina: moler finamente la carne de pescado, tamizar, agregar clara de huevo y sal. Sobre un BM invertido, emulsionar poco a poco la crema de leche (sangler). Terminar con el tomillo y perejil hacher y la pimienta de cayena.
- Realizar un fumet, realizar una velouté de pescado (liaison). Agregar el vino blanco reducido. Terminar con mantequilla fría.
- Una vez estirado el hojaldre, cortar adecuadamente y armar.
- Usar dorure para pegar el hojaldre. Pintar la preparación con dorure antes de hornear.
- Hornear a 190°C, hasta dorado.

Notas:

Semana 11B:

Receta: Pequeños pates hojaldrados



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

Relleno Charcutiere:

0.400	kg	chalote
0.100	kg	mantequilla
0.200	kg	carne res molida
0.400	kg	chorizo
0.010	kg	perejil
0.010	kg	estragón
0.005	kg	jengibre polvo
0.001	kg	clavo olor molido
0.040	kg	brandy
4	uni	huevo
	pm	nuez moscada
	pm	sal
	pm	pimienta
0.750	kg	masa hojaldre

Palabras técnicas:

Melanger, enfourner, farce charcutiere

Proceso:

- Cincelar el chalote, sudar en mantequilla, enfriar.
- Disponer en un bol la carne molida, el chorizo, las hierbas picadas, las especias, la cebolla sudada, el huevo y el coñac. Condimentar con la sal, pimienta y la nuez moscada. Amasar hasta amalgamar (mélanger), reservar en frio.
- Estirar el hojaldre bien fino y cortar discos de 8 a 10 cm de diámetro, picar bien.
- Disponer una porción del relleno charcutiere sobre el disco y tapar con otro. Dejar una chimenea en la parte superior.
- Usar doradura para pegar y pincelar con un poco más antes de hornear.
- Hornear (Enfourner) hasta dorar en horno 190 °C, hasta dorado Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 12A:

Semana 12A:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> Vitello tonnato Pechuga de pato a la naranja (Magret Bigarrade), gratin dauphinoise 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> Pechuga de pato a la naranja (Magret Bigarrade), gratin dauphinoise 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Cuadrillar un Magret de pato, elaborar emulsión fría estable, elaborar court bouillon, escalfar, elaborar gastric, realizar gratin dauphinoise, blanquear y glasear cítricos, torneado y glaseado de vegetales	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Limpieza y preparación de magret de pato, cuadrillaje de piel de pato, cocción de magret, torneado de zanahoria y zucchini, glaseado de vegetales, corte de papas (chips), elaboración de gratin dauphinoise, uso de cartouche, juliana de piel de naranja confitada, supremas de naranja, elaboración de salsa gátrica, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 12A:

Receta: Vitello Tonnato



Rendimiento: 4 pax Ingredientes:

0.6	kg	filete de ternera
0.12	kg	cebolla blanca
0.5	lt	FBA
0.35	kg	zanahoria
0.75	ata	perejil
0.25	ata	tomillo
0.001	kg	laurel
0.25	lt	vino blanco

Salsa Vitello

0.07	kg	alcaparras
2	uni	huevo
1	uni	atún en conserva
0.03	kg	anchoas
0.02	kg	mostaza
0.015	kg	ajos

Decoración:

0.05	lt	vinagre balsámico
0.25	ata	Arúgula.

Palabras técnicas:

Court Bouillon, escalfar, emulsión

Proceso:

- Elaborar un court bouillon
- Limpiar el filete, sazónarlo, bridar y ponerlo a cocinar en un court bouillon a punto, enfriar, cortar muy fino.
- Elaborar una mayonesa con todos los ingredientes, reservar.
- Reducir balsámico, decorar con arúgula.

Notas:

Semana 12A:

Receta: Pechuga de pato a la naranja, gratin dauphinoise



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

4 uni suprema de pato de 150 grs c/u Salsa

de naranja:

Gastrique:

0.050 kg azúcar

0.100 lt vinagre de vino tinto

Base:

4 uni naranjas (jugo)

0.050 lt licor de naranja

0.500 lt FOR

0.010 kg harina

0.010 kg mantequilla

Terminación:

0.030 kg mantequilla

ROUX

Gratin Dauphinoise :

1 kg papa negra

0.050 lt leche

0.300 lt crema de leche

0.010 kg ajo

0.040 kg mantequilla

PM sal / pimienta / nuez moscada

0.020 kg perejil crespo

Zestes confitados:

0.100 lt agua

0.050 kg azúcar

2 uni naranja (zestes más gajos)

Acompañamiento:

2 uni zucchini

2 uni zanahoria

Palabras técnicas:

Graisser, parer, gastrique, saltear, gratinar, glasear, confitar, zeste

Proceso:

Gratin dauphinoise:

- Frotar una fuente con mucha fuerza con ajo y enmantecar (Graisser).
- Pelar papas y laminar a 1 mm, disponer en un bol junto con la crema de leche y la leche (evita que la crema se corte) y sazón elevada. Mezclar bien y acomodar las láminas de papa en la fuente, cubrir levemente con el resto de la crema. Hornear a 170° con cartouche enmantecado y destapar al final de cocción para gratinar.
- Tallar cáscara en juliana y supremas de las naranjas, exprimir jugo de naranja, las cascaras se blanquean 3 veces desde frío, luego se confitan en con el mismo peso de azúcar (añadir un poco agua)
- Limpiar el magret (parer un magret) y cuadrillar supremas de pato, sellarlos desde frío y sin adición de grasa sobre el lado graso, desgrasar sartén de ser necesario, terminar al horno (solo de ser necesario).

Salsa gastrique:

- Hacer un caramelo rubio con el azúcar y desglasar con el vinagre, dejar reducir, reservar.
- Base: reducir el jugo de naranjas a la mitad, ligar el FO con el roux (o reducir a demi glace)

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TÍTULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 12B:

Semana 12B:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> • Cóctel de langostinos • Pollo Bebe Asado, arvejas a la francesa y tian de papa y camote 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> • Cóctel de langostinos • Pollo Bebe Asado, arvejas a la francesa y tian de papa y camote 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Limpiar y escalfar langostinos, realizar derivado de mayonesa (cocktail), bridar un pollo entero, asar un ave, cocinar arvejas a la francesa	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Habiller del pollo, correcto bridado, asado de un pollo entero, estofado de arvejas, corte lardón (tocino), corte de vegetales (mirepoix, chifonade, emincer), uso de cartouche, laminado de tubérculos (chips) elaboración de tian de papas, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 12B:

Receta: Cóctel de langostinos



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Salsa cocktail

0.030 kg limón
1 uni huevo

0.010 kg mostaza Dijon
0.100 lt aceite vegetal
0.020 lt vinagre de vino blanco
0.050 lt brandy
0.050 lt ketchup
0.020 lt salsa inglesa

Salpicón:

0.200 kg langostino
2 uni palta fuerte

0.020 kg aceituna negra con hueso
0.120 kg tomate italiano
0.125 ata perejil
0.005 kg sal
0.002 kg pimienta blanca molida
0.002 kg pimienta cayena
0.100 kg piña selva
0.025 kg azúcar blanca

Palabras técnicas:

Escalfar, court bouillon, emulsión estable

Proceso:

- Limpiar langostinos y escalfar en Court bouillon
- Hacer una mayonesa y convertirla en salsa cocktail (ketchup, brandy, salsa inglesa y tabasco) Salpicón:
- Dejar la mitad de los langostinos enteros para la decoración, cortar el resto en cubos, la palta en cubos, tomate en concassé (mondado), aceituna en bastones, piña en macedonia.
- Agregar la salsa cocktail al salpicón, decorar con los langostinos enteros
- Terminar con perejil picado, emplatar con armonía Notas:

Semana 12B:

Receta: Pollo Bebe Asado, arvejas a la francesa y tian de papa y camote



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

1.200	kg	pollo entero
0.040	lt	aceite vegetal
0.020	kg	mantequilla
0.200	kg	remanentes de pollo
0.080	kg	tocino ahumado
0.500	lt	FOR
	PM	sal, pimienta

Guarnición aromática:

0.080	kg	cebolla
0.080	kg	zanahorias
0.020	kg	ajo
	PM	tomillo

Arvejas a la francesa:

0.015	kg	cebolla
0.015	kg	tocino
0.400	kg	arvejas limpias
0.020	kg	lechuga americana
0.030	kg	mantequilla
0.010	kg	harina
0.500	lt	FBA
1	uni	B.G. Tian

de papa y camote:

0.600	kg	papas canchan / huamantanga 0,300
	lt	camote amarillo
0.100	kg	queso azul
0.100	kg	mantequilla
	PM	tomillo
	PM	sal / pimienta / nuez moscada

Palabras técnicas:

Brider, Rôtir, lardón, gratinar

Proceso:

- Habillar el pollo y bridar.
- Sellar el pollo y reservarlo, añadir guarnición aromática en mirepoix, alitas cortadas, el tocino en lardones y disponer el pollo sobre la guarnición, hornear (Rôtir) durante 45' a 180°C.
- Arvejas: Sudar el tocino y la cebolla emmincer hasta que esté tierna, singer e incorporar la lechuga en chiffonade, sazonar e incorporar el BG y las arvejas, mojar con FBA y mijoter durante 10', tapado con cartouche.

Tian de papa y camote:

- Calibrar y laminar las papas y los camotes, saltear desde crudo. Disponer sobre una superficie engrasada, terminar con trozos del queso y hornear a 180°C hasta gratinado.

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 13A:

Semana 13A:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> • Apio braseado, salsa mornay • Conejo dijonnaise, lechuga braseada, papas salteadas a partir de crudo 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> • Conejo dijonnaise, lechuga braseada, papas salteadas a partir de crudo 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Brasear vegetales, elaborar derivado de bechamel (mornay), elaborar crêpes, Habiller de conejo, salteado de papas desde crudo, estofar	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica - Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica - Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica - Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Limpieza y preparación de un conejo, identificar rable y cuisse, manchoner carre, salteado de papas (sautees), cortes de vegetales (paysanne, ciseler), blanqueado y braseado de lechugas, uso de cartouche, estofado, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 13A:

Receta: Apio braseado, salsa mornay



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Salsa Bechamel

0.050	kg	mantequilla
0.050	kg	harina
1	lt	leche
2	uni	clavo de olor
	PM	sal / pimienta /n. moscada <u>Masa</u>
<u>de crêpes</u>		
0.125	kg	harina
2	uni	huevos
0.250	lt	leche
0.040	kg	mantequilla noisette

Apio braseado:

0.600	kg	apio
0.100	kg	zanahorias
0.100	kg	cebollas
1	uni	bouquet garni
1	uni	limón (jugo)
½	lt	fondo de ave
0.040	kg	mantequilla
0.010	kg	azúcar
	PM	sal / pimienta
0.120	kg	jamón cocido (4 rebanadas)

Salsa Mornay:

0.500	lt	sauce bechamel
2	uni	yemas de huevo
0.040	kg	queso gruyere

Palabras técnicas:

Tamizer, melanger, blanquear, brasear, gratinar

Proceso:

- Elaborar una salsa bechamel, añadir el queso rallado, derretir sin fuego y terminar con las yemas de huevo. Reservar.
- Pelar y atar el apio, blanquearlo 10 minutos con sal y limón para suavizar/refrescar en agua helada.
- Cortar zanahoria y cebolla en paisana, sudar en mantequilla, agregar el apio blanqueado, calibrado, mojar con FBA hasta ½ de altura, agregar BG, llevar a hervor, tapar con cartouche y tapa, brasear al horno aprox. 30´ 180°C
- Decantar y reducir líquido de cocción a glace.
- Elaborar masa de crêpe, reposar 20 min en frío, realizar crêpes muy finos y sin coloración. Terminación:
- Rellenar los crêpes con láminas de jamón cocido, apio braseado y pincelar con "glace de apio". Colocar Mornay en refractario, crêpe encima, bañar con Mornay,
- Gratinar en horno seco 220°C

Notas:

Semana 13A:

Receta: Conejo Dijonnaise, lechuga braseada, papas salteadas desde crudo



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

0.800	kg	conejo entero
0.050	lt	aceite vegetal
0.060	kg	chalotas
0.030	kg	mantequilla
0.020	kg	harina
1	uni	bouquet garni
2	uni	dientes de ajo
0.200	lt	vino blanco
1	lt	fondo oscuro de ternera

Finalización de la salsa

0.200	lt	crema de leche
0.080	kg	mostaza Dijon
	PM	sal, pimienta

Papas sautées:

0.600	kg	papas blancas
0.100	kg	mantequilla clarificada

Lechuga braseada:

4	uni	lechuga Romana
0.200	kg	zanahorias
0.200	kg	cebolla
0.020	kg	mantequilla
1	uni	bouquet garni
0.200	kg	pellejo de cerdo
0.500	lt	fondo blanco de ave

PAYSANNE

Palabras técnicas:

Brider, rôtir, tamizer, ficasé, estofar

Proceso:

- Cortar el conejo en 7, deshuesar cuartos traseros, recuperar el rable y bridar
- Sazonar y sellar el conejo, reservar y sudar las chalotas cisele y el ajo en mantequilla, singer y desglasar con el VB, mojar con el fondo. Añadir BG y el conejo, tapar y estofar en horno 60' a 180°C.
- A mitad de cocción decantar los râbles, y al final de cocción el resto del conejo, reducir salsa a punto, terminar con mezcla de crema y mostaza (Moutarder).
- Calibrar papas, cortar en monedas de 0.5cm, lavar, secar y "sauter à cru"
- Blanquear lechugas (reservar hojas), bridar y brasear sobre paisana de vegetales. Taparlas con el pellejo. Tapar con cartuche y brasear 40° a 180°C.
- Decantar lechugas, colar liquido de cocción y reducir a glace, sazonar y pintar lechugas.
- Servir piezas de conejo bañadas en salsa, acompañar con lechuga y papas salteadas.

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 13B:

Semana 13B:

En Demostración
<ul style="list-style-type: none"> Gougères de queso Lomo de cerdo relleno con guindones, papas dauphine
En la Práctica
<ul style="list-style-type: none"> Lomo de cerdo relleno con guindones, papas dauphine

Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Elaborar y hornear pate choux, limpiar un lomo de cerdo, poeler, elaborar papa dauphine	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Limpieza y preparación de un lomo de cerdo (mechado), bridar, elaboración de masa choux, fritura profunda de papas dauphine, torneado de manzanas, cortes de vegetales (mirepoix), textura de salsa, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 13B:

Receta: Gougères de queso



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Masa Choux:

0.062	lt	agua
0.063	lt	leche
0.050	kg	mantequilla
0.075	kg	harina
2	uni	huevos
0.025	kg	queso gruyere rallado
	PM	sal, azúcar
1	uni	yema de huevo
0.025	kg	queso gruyere rallado

Relleno:

0.110	kg	queso crema
0.100	kg	crema
1/16	ata	ciboulette
	PM	sal / pimienta blanca

Palabras técnicas:

Pâte a choux, mangupear

Proceso:

- Llevar a ebullición los líquidos, sal, azúcar y mantequilla. Incorporar fuera del fuego la harina de un golpe, secar la masa sobre el fuego, trasvasar a un bol, añadir los huevos ligeramente batidos de a poco.
- Incorporar el queso y mangupear; espolvorear el resto de queso gruyere rallado
- Hornear a 180°C, dejar enfriar
- Mezclar los ingredientes del relleno, y rellenar las gougères con manga y boquilla lisa

Semana 13B:

Receta: Lomo de cerdo relleno con guindones, papas dauphine



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

2	uni	lomos de cerdo (2 x 400 grs)
0.040	kg	guindones sin semilla
0.200	lt	vino blanco semi seco PM
		aceite vegetal
0.030	kg	mantequilla
<u>Salsa:</u>		
0.060	kg	cebollas
0.060	kg	zanahorias
0.015	kg	ajo
0.060	kg	poro
0.500	lt	fondo oscuro de ternera
1	uni	bouquet garni
0.200	lt	crema de leche PM sal,
		pimienta
0.010	kg	perejil

MIREPOIX

Papa Dauphine:

0.600 kg papas negras

Masa choux

2	uni	huevos
0.075	kg	harina
0.060	lt	leche
0.060	lt	agua
0.050	kg	mantequilla
	PM	sal, pimienta, moscada

Manzanas caramelizadas:

2	uni	manzanas verdes
0.060	kg	mantequilla
0.060	kg	azúcar

Palabras técnicas:

Poêler, tornear, dauphine

Proceso:

- Macerar los guindones en el vino por 20 min. Luego escurrir sin botar marinada. Picar rústicamente
- Cocinar papas enteras en horno 160°C.
- Habillar el lomo, perforar el centro y rellenar con los guindones, bridar, sazonar y sellar
- Desgrasar sartén, sudar la mirepoix, agregar el lomo con un poco de mantequilla y terminar cocción tapado a 180°C, 10-12 min (Poêler). Reservar - reposar
- Desglasar sartén con el vino de la marinada, añadir el FOR y el BG, reducir a punto, colar fino, incorporar crema, llevar a hervor, verificar sazón y montar con mantequilla.
- Pelar y tornear manzanas (3 uni. por ración). Saltear en mantequilla, espolvorear con azúcar y caramelizar. Desglasar con agua para soltar el caramelo.
- Para las papas, hacer pâte a choux (bien seca) y mezclar en partes iguales con la pulpa de papa tamizada. Hacer bolitas de 20g, enfriar y freír a 165°C.
- Cortar el cerdo en diagonal, disponer la salsa por debajo, presentar con las papas dauphine y las manzanas.

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TÍTULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

 FIRMA DEL CHEF

 FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 14A:

Semana 14A:

En Demostración
<ul style="list-style-type: none"> Gazpacho andaluz Lomo de cordero en costra de aceitunas, gratin bayaldi y jus de cordero
En la Práctica
<ul style="list-style-type: none"> Gazpacho andaluz Lomo de cordero en costra de aceitunas, gratin bayaldi y jus de cordero

Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Deshuesar silla de cordero, realizar persillade provenzale, realizar un jus, realizar un gratin bayaldi, marinar vegetales, elaborar sopa fría de vegetales	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica - Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica - Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica - Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Limpieza y preparación de una silla de cordero, elaboración de una costra persillade, textura, color y sabor de salsa jus, cortes de vegetales (ciseler, juliana, rondel) marinado y salteado de vegetales, identificación de chapelure provenzale, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 14A:

Receta: Gazpacho Andaluz



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Sopa:

0.800	kg	tomates maduros
0.020	kg	pasta de tomate
0.150	kg	pepino
0.080	kg	pimiento rojo
1	uni	dientes de ajo
0.040	kg	cebolla roja
0.100	kg	pan Pullman
0.010	kg	albahaca
0.075	lt	vinagre de Jerez
0.060	lt	aceite oliva
	PM	sal, pimienta
	PM	tabasco, agua helada,

Guarnición:

0.040	kg	pimiento rojo
0.040	kg	pimiento verde
0.040	kg	pimiento amarillo
1	uni	cebolla roja mediana
2	uni	rebanadas de pan blanco
	PM	albahaca

Palabras técnicas:

Chinoisier, marinar, crouton

Proceso:

- Pelar pepino, despepitar el pimiento y pelar cebollas. Cortar todo en de manera rústica.
- Cortar el tomate en cuartos.
- Colocar los vegetales en un bol con el pan, vinagre, aceite, tabasco, sal, pimienta, albahaca, pasta de tomate. Marinar.
- Licuar con adición de agua (o jugo de tomate), emulsionar con aceite de oliva y colar con un chino (Chinoisier), verificar sazón, picante y acidez

Guarnición:

- Aplanar las rebanadas de pan y tostarlas al horno (mouillette)
- Cortar en brunoise los pimientos y la cebolla roja
- Presentar en plato hondo y decorar con la albahaca

Notas:

Semana 14A:

Receta: Lomo de cordero en costra de aceitunas, jugo al romero



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

2 kg silla de cordero

Salsa (jugo):

0.200 kg zanahorias

0.050 kg chalotes

0.050 kg pasta de tomate

0.010 kg ajo

0.005 kg tomillo fresco

0.150 lt vino tinto

1 lt agua

Finalización

0.005 kg romero fresco

0.030 kg mantequilla PM

sal, pimienta

MIREPOIX

Costra:

0.050 kg mantequilla pomada

1 uni yema de huevo

0.100 kg pan Pullman rallado

0.100 kg aceitunas verdes sin pepa

0.010 kg ajo

0.005 kg tomillo fresco

0.010 kg perejil

0.030 kg mostaza Dijon

Palabras técnicas:

Habiller, saltear, gratinar, jus

Proceso:

- Deshuesar la silla, limpiar los filetes, sellarlos previamente sazonados, reservar
- Colorear los huesos (concassé) con los remanentes, agregar la mirepoix, pasta de tomate, sudar, el ajo, el tomillo, desglasar con el vino, glasear, desglasar con agua y repetir el procedimiento hasta obtener una base rica en azúcares y sabor, mojar con agua y mijoter por 40 min. Pasar por chino fino (Chinoisier), reducir a punto, sazonar y montar con mantequilla, reservar
- Trabajar la mantequilla pomada con el pan, ajo y perejil hacher, flores de tomillo, las aceitunas picadas y la yema de huevo. Envolver en papel film dando la forma definitiva y enfriar
- Untar el cordero con la mostaza, colocar la costra encima (Enrober) y hornear 8-10 min. A 180°C, reposar
- Agregar una rama de romero al final de la salsa para perfumar brevemente
- Presentar, colocando salsa alrededor, bouquet de romero y tomillo

Semana 14A:

Receta: Gratín Bayaldi



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes:

Base:

0.150	kg	zucchini
0.150	kg	berenjenas
0.150	kg	tomate italiano
2	uni	dientes de ajo
0.600	kg	cebolla
	PM	orégano seco
	PM	romero
	PM	sal/ pimienta

"Chapelure" Provençal:

0.010	kg	ajo picado
0.015	lt	aceite oliva
0.010	kg	albahaca
0.070	kg	pan rallado
	PM	sal/ pimienta

Palabras técnicas:

Enfourner, gratinar

Proceso:

- Emincer las cebollas y estofar con aceite de oliva, ajo picado y tomillo; sazonar. Cocinar hasta que tome un ligero color
- Mondar los tomates, rebanar el zucchini, las berenjenas. Saltear opcionalmente el zucchini.
- Marinar los vegetales con el orégano, romero y aceite de oliva.
- Montar Bayaldi con la compota de cebolla como base. Alternar los demás vegetales y hornear (Enfourner) cubierto. Casi al final, agregar un poco de aceite de oliva y el chapelure provençal. (albahaca, ajo, pan)
- Gratinar

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tus propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 14B:

Semana 14B:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> Rillette de pollo Confit de pato con tarte tatin de cebollas 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> Rillette de pollo Confit de pato con tarte tatin de cebollas 	
Resultados del aprendizaje <i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i> Realizar confit de carnes, elaborar rillette, identificar preparación tarte tatin	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica – Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica – Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica – Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Manchoner pierna de pato (cuisines), técnica de confitado en manteca, compotado de cebollas, elaboración de masa brisée, caramelo, elaboración de vinagreta balsámica, emulsión de carne y grasa, sabor de las preparaciones, correcta presentación del plato (temperatura y limpieza)	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica - Observación

Semana 14B:

Rillettes de Pollo con tostadas



Confitado:

0.400	kg	pollo (pierna con encuentro)
0.150	kg	manteca
0.020	kg	ajo pelado
0.065	ata	tomillo
0.065	ata	romero
0.01	kg	sal gruesa
	PM	aceite vegetal

Guarnición:

½	uni	pan baguette
½	uni	lechuga frisée
½	ata	arúgula BB

Vinagreta:

0.001	kg	azúcar blanca
0.025	lt	vinagre balsámico
0.075	lt	aceite de oliva
	PM	albahaca
0.120	kg	cebolla blanca
	PM	sal, pimienta

Palabras técnicas:

Confitar, desmenuzar, emulsionar

Proceso:

- Marinar pollo con sal gruesa y laurel
- Confitar las piernas de pollo en grasa con ajo, tomillo y romero.
- Desmenuzar o cortar a cuchillo y emulsionar con grasa de cocción.
- Colocar en cocotte, cubrir con 1 cm de grasa y enfriar.
- Realizar las tostadas
- Acompañar con ensaladita con vinagreta.

Notas:

Semana 14B:

Receta: Confit de pato con tarte tatin de cebollas



Rendimiento: 4 pax

Ingredientes: Confit

de pato		
1.6	kg	pato pierna
0.020	kg	sal rosada
0.250	ata	tomillo
0.020	kg	ajos pelados PM
		pimienta negra
1	kg	pato grasa
Ensalada fresca		
2	ata	arúgula
0.120	kg	tomate cherry
0.030	lt	vinagre balsámico
0.090	lt	aceite de oliva

Tarte Tatin de cebollas

1.5	kg	cebolla roja
0.125	kg	mantequilla
0.1	kg	azúcar blanca
	PM	masa brisée (recortes)

Palabras técnicas: Marinar,
compotar, confitar

Proceso:

Confit

- Habiller, manchonner y marinar las cuisses de pato con la sal, el tomillo y el ajo durante 24 hrs. Enjuagar, secar y sumergir en la materia grasa, confitar (90°) hasta que estén bien cocidas Tarte tatin de cebollas
- Preparar 4 cocottes medianos con un fondo delgado de caramelo.
- Saltear las rodajas de cebollitas en mantequilla con azúcar por ambos lados y colocarlas sobre los bordes de la cocotte y una rodaja en el centro.
- Llenar los cocottes con la compota de cebolla sazonada, cubrir con un disco de masa, hornear a 180° C por 15 minutos. Al retirar del horno, dejar reposar en lugar tibio.
- Saltear pato en sartén de teflón para dar color sobre la piel (sin grasa).
- Dar vuelta el tatin de cebollas sobre el plato, colocar pato y acompañar con una pequeña ensalada de arúgula y tomates cherry.

Notas:

Registro de evaluación del alumno

CARRERA: _____

FECHA: _____

TITULO DE LA RECETA _____

Resultado del Aprendizaje	Autoevaluación	Comentarios del Chef
	<i>Utiliza este espacio para evaluar tu propios logros</i>	<i>Los chefs de practica realizarán comentarios acerca del desempeño y autoevaluación</i>
Implementación, salud, procedimientos de Higiene: <ul style="list-style-type: none"> • Higiene personal • Buenas Prácticas de Manipulación • Limpieza de la cocina • Salud y seguridad 		
Correcta metodología y organización del trabajo <ul style="list-style-type: none"> • Metodología • Control de merma • Manejo del tiempo 		
PRESENTACIÓN DEL PLATO <ul style="list-style-type: none"> • Presentación • Limpieza del plato • Temperatura del plato y la comida 		
CORRECTA PREPARACIÓN, TÉCNICA, SABOR Y TEXTURA (completa el estudiante)		
TRABAJO EN EQUIPO <ul style="list-style-type: none"> • Participación • Liderazgo 		

FIRMA DEL CHEF

FIRMA ALUMNO

Cocina Básica

Semana 15A &B:

Semana 15 A y B:

En Demostración	
<ul style="list-style-type: none"> Repaso de recetas y técnicas 	
En la Práctica	
<ul style="list-style-type: none"> Repaso de recetas y técnicas 	
Resultados del aprendizaje	
<i>Al completar con éxito esta lección los estudiantes serán capaces de:</i>	Método de evaluación
Higiene: Implementar procedimientos de salud, seguridad e higiene	Práctica - Observación
Organización: Implementar la metodología de trabajo correcta	Práctica - Observación
Presentación: Demostrar las habilidades básicas de presentación	Práctica - Observación
Preparación / técnica / sabor y textura: Repasa las técnicas para rendir el examen final de manera satisfactoria	Práctica - Observación
Trabajo en Equipo: Contribuir a la efectividad de los equipos de trabajo	Práctica Observación

Cocina Básica

Semana 16:

Exámenes Finales

Apéndices

Apéndice I:

Glosario de términos de cocina francesa

A	Abaissier	Extender-estirar una masa utilizando un rodillo.
	Abats	Órganos (despojos) de animales.
	Abattis	Despojos de aves de corral (pies, cuello, cabeza, alas, hígado, molleja y corazón).
	Abricoter	Abrillantar un pastel con mermelada de albaricoque (o) miroir.
	Accomoder	Preparar (o) condimentar un plato a cocinar.
	Acidifier	Agregar zumo de limón (o) vinagre para evitar la decoloración de frutas, verduras (o) pescado.
	Aciduler	Para hacer una preparación ligeramente ácida, agria (o) picante añadiendo un poco de zumo de limón (o) vinagre.
	Aigre-doux	Preparación balanceada entre el ácido y el dulce
	Aiguillettes	1. Largas y estrechas rebanadas de carne (o) pechugas de aves de corral especialmente pato y aves de caza. 2. Un corte de carne de vacuno tomado de la parte superior del muslo.
	Aiguiser / Affûter	Para afilar la hoja de un cuchillo u otro instrumento.
	Allumettes	1. Tiras de hojaldre con rellenos salados. Un "petit-four" sabroso. 2. Palitos muy finos de patatas fritas.
	Angélique	Planta verde cuyos tallos son más frecuentemente confitados en azúcar. Especialmente utilizado para decorar pasteles.
	Anglaise ó à l'Anglaise	1. Huevo entero batido con aceite, agua, sal y pimienta, usado para preparar los alimentos para el empanizado. 2. Cocinar en un grande volumen de agua hirviendo con sal 3. Cocinar inmerso en agua desde frio hasta punto "frémir" en el caso de las papas
	Aplatir	Aplastar, aplanar la carne (o) el pescado para hacerlos más tiernos y facilitar la cocción (o) el relleno.
	Appareil	Preparación de diversos ingredientes mezclados entre sí para obtener una receta acabada, por ejemplo, «appareil à soufflé», "appareil à Flan"
	Aromates & Condiments	Plantas aromáticas, hierbas y especias.
	Aromatiser	Para condimentar preparaciones con aromas, especias o alcohol.
	Arroser	Rociar-bañar carne (o) pescado con un líquido y jugo, salsas (o) grasa durante (o) después de la cocción.
	Aspic	1. Preparación compuesta de carne, pescado (o) vegetales, cocida y enfriada, moldeada y cubierta de gelatina 2. Rica jalea hecha en base a fondos clarificados, utilizado para moldear terrinas y glasear preparaciones frías
B	Assaisonner	Condimentar platos con condimentos, aromáticos, especias.
	Attendrir	Golpear un trozo de carne con un mazo (o) peso para ablandar o marinar
	Au Jus	Plato servido con sus jugos naturales.
	Bain-Marie	Método de cocinar alimentos suavemente (por ejemplo, natillas de huevo cocidas al horno) (o) recalentar alimentos (chocolate) en un recipiente colocado

	dentro de otro recipiente con agua caliente, es decir, una caldera doble (o) un baño de agua.
Barder	Para cubrir aves de corral, caza, carne y a veces pescado con rebanadas de grasa para proteger (o) humectar durante la cocción, evitando que la carne se seque.
Barquette	Pequeñas cáscaras de pastelería ovales (o) en forma de barco.
Bâtonnet	Cortar en bastones, generalmente 5 mm x 5 mm x 5 cm de largo (por ejemplo, vegetales)
Batterie de cuisine	Conjunto de utensilios de cocina, principalmente utensilios de cocción.
Bavarois	Postre frío a base de crema inglesa (o) puré de frutas, con gelatina y crema batida.
Béchamel	Una salsa blanca hecha con leche y roux blanco, aromatizada de un bouquet garni y cebolla clavada. Una de las salsas básicas de la cocina clásica.
Beurre	Mantequilla - producto obtenido por batido de leche (o) crema. Hay varios tipos diferentes incluyendo: <ul style="list-style-type: none"> - Beurre fermier (hecho en la granja) - Beurre laitier (hecho en una granja lechera) - Beurre pasteurizado (mantequilla pasteurizada) - Beurre demi-sel (contiene un 5% de sal máximo) - Beurre deshidratado (aceite de mantequilla - que contiene 99,3% de grasa y 0,7% de agua)
Beurre Blanc	Salsa de mantequilla blanca clara con sabor a chalotas, vinagre y vino blanco.
Beurre Clarifié	Mantequilla clarificada - Mantequilla suavemente calentada para separar sus componentes - "petit lait" (suero) en el fondo, grasa pura en el medio e impurezas y caseína (proteína) en la superficie.
Beurre Composé	La mantequilla ablandada mezclada con uno (o) más ingredientes aromáticos.
Beurre en Pommade	Mantequilla blanda, mas no fundida.
Beurre Manié	Mantequilla y harina en igual proporción, mezclados con la mano.
Beurre Noir	Mantequilla derretida hasta tomar color oscuro-quemado.
Beurre Noisette	Mantequilla calentada hasta obtener un color y sabor avellanado.
Beurrer	<ol style="list-style-type: none"> 1. Enriquecer una salsa (o) una masa con mantequilla. 2. Untar de mantequilla con papel o brocha el interior de una cacerola (o) molde.
Biscuit	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tipo de pastel pequeño (o) galleta. 2. Un tipo específico de torta de esponja utilizado principalmente en la fabricación de entremets.
Bisque	Sopa con base de mariscos, generalmente espesada con arroz (o) velouté.
Blanc (cuire à blanc) Cuire dans un blanc	<u>Cocinar à blanc</u> : cocinar inmerso en agua, a partir de frío, con vinagre o limón, sal y mantequilla o aceite tapado con "cartouche" "Dans un blanc". Cocción à blanc + harina de trigo
Blanchir	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sumergir carne (o) verduras en agua fría y hervirlas para pre cocer, ablandar (o) eliminar el exceso de sabor (acidez, salinidad, amargura). 2. El proceso de batir azúcar y huevos juntos hasta que se aligeren y cambian de color y tripliquen su volumen

	Blondir	Cocinar los ingredientes en grasa caliente hasta que estén ligeramente coloreados.
	Bouchée	Pequeñas rondas de hojaldre que pueden rellenarse con diferentes mezclas. - bocaditos
	Bouillir	Calentar el líquido hasta que alcance el punto de ebullición.
	Bouler	Acción de formar una pelota ("une boule")
	Bouquet Garni	Una combinación de hierbas incluyendo el tomillo, los tallos del perejil, la hoja de laurel y el apio atados juntos, usada para condimentar preparaciones durante la cocción.
	Braiser	Brasear: cocinar lenta y regularmente piezas enteras, pequeñas o grandes, (previamente selladas) en un recipiente cubierto, con adición de un líquido ligado y sobre una G. A
	Brider	Técnica de amarrar con pabilo, a la mano (o) con aguja, aves de corral (o) aves de caza para la cocción. Atar con pabilo.
	Brochette	Cubos de carne, pescado (o) verduras colocadas en un pincho y asados.
	Broyer	Triturar finamente; acción mecánica.
	Brunoise	Pequeñas verduras (o) frutas, cortadas en cubitos muy regulares (por ejemplo, zanahorias, cebollas, apio, poro, etc.)
C	Cacao	Semillas de cacao asadas, en polvo (o) en pasta. Tiene el sabor del chocolate sin el sabor dulce.
	Calvados	Brandy de manzana hecho exclusivamente en Normandía.
	Canapés	1. Aperitivos salados calientes (o) fríos. 2. Pan cortado en rodajas, tostado y esparcido con un aparato.
	Canneler	Una forma de cortar pequeñas ranuras en frutas (o) verduras, por ejemplo, limón, zanahorias, pepino, zucchini para darles un borde decorativo cuando se cortan en rodajas.
	Caraméliser	1. Para cubrir (chemiser) el interior de un molde con caramelo. 2. Cocinar el azúcar hasta que esté caramelizada.
	Cartouche	Disco o forma de papel manteca cubriendo preparaciones en cocción
	Chantilly	Crema batida a punto con azúcar y vainilla.
	Chapelure	Pan rallado; Hecho de la corteza y del centro del pan seco. Se utiliza para el empanado (o) como cobertura.
	Chaud-Froid	Platos cocinados servidos fríos cubiertos con salsa "chaud-froid" (caliente-frío) elaborada con velouté, jalea, crema, (o) demi-glace. Esmaltado con gelatina de aspic.
	Chemiser	Untar (mantequilla, azúcar, harina, etc..) un molde para evitar que el producto terminado se pegue. Cubrir las paredes de un molde o de una forma con una masa u otros elementos
	Chiffonade	Hojas verdes (lechuga, espinaca) que se han enrollado juntos y luego se cortan transversalmente en tiras finas.
	Chinois	Colador cónico de tela estrecha
	Chinoiser	Pasar una preparación líquida a través del chinois - colador
	Chiqueter	Marcar ligeramente el lado de una masa para hacer que suba recta y uniformemente.
	Cirer (une plaque)	Aceitar una placa, un molde con una materia grasa

Ciseler	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cortar finamente (o) picar; Una manera de cortar finamente cebollas, chalotes. 2. Cortar verduras verdes muy delgadas como lechuga, espinaca u hierbas
Citronner	<ol style="list-style-type: none"> 1. Para evitar la decoloración de verduras (o) frutas frotando el jugo de limón. 2. Para agregar el jugo de limón a un líquido.
Clarifier	<ol style="list-style-type: none"> 1. Procedimiento para aclarar, eliminar grasa e impurezas de un caldo, una jalea, etc. 2. Procedimiento para separar: grasa /suero-agua / caseína de la mantequilla. 3. Separar la clara de la yema de un huevo.
Clouter	Montar, Ejemplo: Un clavo en una cebolla. Para infusionar un aroma (trufa, clavo, etc.) en la carne, frutas, verduras o aves de corral para dar sabor durante la cocción.
Coller	Utilizar gelatina para solidificar una preparación al enfriarla.
Concasser	Cortar sin precisión con cuchillo.
Confit / Confir	Un método de cocción largo donde la comida se cocina lentamente en grasa animal o vegetal o jarabe hasta que esté saturada. El medio es generalmente aromatizado.
Consommé	Sopa clarificada con intenso sabor, servida caliente o fría.
Contiser	Introducir trufas o setas en aves de corral, carne o pescado; entre la piel y la carne.
Corne	Herramienta de plástico utilizada para raspar.
Corser	Acentuar (con reducción y/o aromáticos) el sabor de una preparación
Coucher	<ol style="list-style-type: none"> 1. Para canalizar una masa en una bandeja para hornear. 2. Para colocar un trozo de masa en una bandeja para hornear. 3. Para esparcir una capa de crema u otra guarnición.
Coudre	coser/atar con una aguja
Coulis	Puré de frutas o verduras utilizadas como salsa.
Couper	Cortar / "tallar"
Court-Bouillon	Líquido de cocción con intenso sabor compuesto de agua, verduras aromáticas y vino blanco o vinagre.
Crème Fraîche	Crema espesa y suero de mantequilla.
Crème Anglaise	Salsa a base de leche, azúcar, vainilla y yemas de huevo.
Crème Fouettée	Crema batida.
Crème Pâtissière	Crema pastelera.
Crème Renversée	Preparación a base de leche, huevos, azúcar, vainilla, moldeada en recipiente caramelizado, cocidos en baño-María, enfriados y desmoldados.
Crémer	<ol style="list-style-type: none"> 1. Batir la mantequilla y el azúcar juntos hasta que se aclaran en color y textura. 2. Añadir crema.

	Crêpe	Disco de masa cocida, hecho básicamente con harina, huevos, leche y mantequilla
	Croquette	Un bocadito de mezcla salada o dulce que se fríe en aceite después de ser empanizada. Puede ser de cualquier forma. Del verbo francés <i>croquer</i> significado crujiente.
	Croustade	Un caso hecho de cualquier tipo de masa que se cocina y se llena con una mezcla salada justo antes de servir.
	Croûte (En)	1. La corteza exterior dorada del pan. 2. La costra de los alimentos envueltos en pasteles y horneados.
	Croûtons	Pequeños trozos de pan tostados, fritos o secos en un horno utilizados para adornar sopas, ensaladas, etc.
	Crudités	Vegetales crudos, cortados en rodajas o rallados y servidos con una vinagreta o mayonesa como primer plato.
	Cuire - Cuisson	1. Proceso de cocción. 2. Grado de cocción de la carne.
D	Darne	Rebanada de pescado redondo
	Décanter	1. Separar la carne y la guarnición aromática del líquido de cocción para terminar la salsa. 2. es retirar una proteína, una farsa o un vegetal de su líquido de cocción. O separar una parte "sólida" y una parte "líquida" dejando reposar.
	Décortiquer	1. Desconchar; para quitar la cubierta externa de los mariscos y crustáceos. 2. Retire la carcasa o cáscara
	Découper	Cortar con tijeras, un cuchillo o un cortador de pasteles. A veces "porcionar"
	Découpoir	Cortador, "emporte-pièce"
	Décuire	Bajar/frenar la temperatura de una preparación o de una cocción (caramelo) con un líquido, generalmente crema o agua.
	Déglicer	Agregar el caldo, el agua o el vino a una cacerola en la cual se haya cocinado el alimento para usar los sedimentos para la salsa.
	Dégorger	1. El proceso de remojar en agua fría (ex. mollejas, espinas de pescado) para sacar impurezas, sangre o sal (bacalao) 2. Salar ligeramente las verduras para eliminar el exceso de agua, Ejemplo: Berenjenas, pepino.
	Dégraissier	Para recortar o eliminar el exceso de grasa de un alimento o de la superficie de un preparado.
	Déguiser	Para cubrir los alimentos con fondant o caramelo (ex. petits fours)
	Délayer	Para mezclar los ingredientes con un líquido, Ejemplo: Harina y agua.
	Demi-Glace	Derivado de la salsa española - reducida a la mitad. Fondo oscuro reducido.
	Démouler	Desmoldar cuidadosamente.
	Dénerver	Para eliminar tendones y nervios de la carne y las aves de corral.
	Dénoyauter	Retirar la semilla o carozo de la fruta o aceituna.
	Dents-de-loup	Corte de precisión, en forma de "dientes de lobo", aplicado en muchos casos al limón
	Dépouiller	Espumar, retirar las impurezas durante el proceso de reducción.

	Dés (En)	Cubos pequeños y parejos.
	Désarrêter	Retirar las espinas de un corte de pescado
	Désosser	Deshuesar, "desolidarizar" huesos-articulaciones y tejidos
	Dessécher	Deshidratar
	Détailler	Cortar con precisión; dividir en partes
	Détendre	Diluir una salsa o preparación.
	Détremper	1. Añadir agua a la harina para hacer una pasta. 2. Sumergir algo en un líquido.
	Détrempe	Mezcla de agua, harina y sal que sirve como base en la preparación de la masa de hojaldre.
	Dorer	. Pincelar con huevo para dar un color profundo y brillante durante la cocción. . colorear crotones-masa con mantequilla y/o otra grasa al horno, bajo una "salamandra" o con una sartén
	Dorure	Doradura de huevo.
	Douille	Boquilla.
	Dresser	Organizar los alimentos preparados en un plato (o) una fuente para servir. Emplatar-armar.
	Duchesse	Base de puré de papa bien seca, mezclada con yemas de huevo, mantequilla, sal, pimienta, moscada.
	Duxelles	Champiñones finamente picados cocidos en mantequilla con chalotes finamente picados.
E	Ébarber	1. Quitar las aletas y las espinas de un pez. 2. Para eliminar la barba de los mariscos.
	Ébouillanter	Sumergir frutas, verduras (o) pescado en agua hirviendo durante unos segundos., "blanquear"
	Ébullition	Hervor de un líquido.
	Écailler	Retirar las escamas del pescado.
	Écaler	Retirar la cascara del huevo cocido.
	Écraser	Aplastar (A veces Chancar)
	Écumer	Retirar las impurezas (espuma) de un líquido. Espumar.
	Éffiler	Cortar en tiras muy finas.
	Enfourner	hornear
	Égoutter	Escurrir. Retirar el líquido.
	Émietter	Desmigar; Para deshacer en trozos muy pequeños.
	Émincer	Corta en láminas-rebanadas delgadas.
	Émonder (o) monder	Retirar la piel de ciertas frutas frescas, frutos secos (o) verduras sumergiéndolas en agua hirviendo y enfriándolas en un baño de agua con hielo y retirando la piel aflojada.
	Enrober	Para cubrir, envolver, recubrir los ingredientes con varias preparaciones.
	Entonner	"Emboutir" - embutir una farsa (salchicha, chorizo)
	Entremets	Previamente un término usado para indicar un plato servido entre asado y postre. Hoy en día se aplica a los postres o cualquier preparación a base de azúcar.
	Éplucher	Pelar verduras, frutas, mariscos, etc.
	Éponger	Para absorber el exceso de líquido o grasa.
	Escaloper	Cortar la carne, pescado o vegetales sesgado en rebanadas finas.
	Essence	Extracto concentrado de alimento para aromatizar una preparación.

	Étuver	Cocinar en una cantidad mínima de líquido o grasa, lentamente. aprovechando el agua de constitución de los alimentos.
	Évider	Para extraer el contenido, pulpa de las verduras o frutas.
	Exprimer	Extraer líquido.
F	Farce	Una mezcla de varios ingredientes molidos utilizados para rellenar aves de corral, pescado, verduras, etc.
	Farcir	Rellenar.
	Fariner	Cubrir o espolvorear con harina.
	Ficeler	Amarrar – atar - “brider”
	Fines-Herbes	Perejil picado, estragón, cebollino y perifollo.
	Flamber	1. Flamear, chamurrar con alcohol (licor, vino, aguardiente.) una preparación con fuego 2. retirar remanentes de plumas o pelos en proteínas crudas
	Flan	es generalmente un aparejo “royale”, cocido al baño-maría (o simplemente al horno). se puede añadir frutas, pan, biscocho o vegetales o algún puré de vegetales
	Flaquer	Abrir un pescado por la espalda y retirar la espina dorsal
	Fleurons	Medias lunas de masa hojaldre.
	Foncer	Forrar un molde con una masa.
	Fondant(e)	. Glaseado de azúcar. . Muy bien cocido, muy suave
	Fondre	Derretir, fundir.
	Fontaine	Fontana de harina en forma de rueda.
	Fouler	Colar una preparación presionando ligeramente con un cucharón
	Fraiser	Trabajar delicadamente una masa con la palma de la mano.
	Frémir	Cocer a fuego lento, momento antes del hervor.
	Fricassée	Ragú blanco o rubio de aves, carnes, vegetales; trozos medianos o pequeños previamente sellados, siempre enharinado y generalmente con crema.
	Fríre	Freír. es cocinar un alimento completamente o terminar su cocción por inmersión en un cuerpo graso llevado a alta temperatura
	Friture	Fritura profunda.
	Fumet	1. Fondo de pescado. 2. Aromas.
	Fusil	Afilador, chaira.
G	Galantine	Ave, carne (o) pescado, deshuesado, relleno, cocido en un fondo, enfriado y glaseado con jalea.
	Galette	. Disco de masa cocida, hecho básicamente con harina, huevos, leche o agua y mantequilla . preparación de pastelería en forma de discos
	Ganache	Mezcla de base de chocolate y crema (relleno de pastelería).
	Garniture	Guarnición
	Gastrique	1. Azúcar caramelizada mezclada con vinagre. 2 El grupo de salsas con una base dulce y amarga.
	Gelée	1. Aspic de gelatina; Carne (o) caldo de pescado que ha sido aclarado y luego fijado con gelatina. Se utiliza en varias preparaciones "en gelée" (o) para dar brillo a los alimentos, así como para protegerlos de la sequedad. 2. Zumo de fruta más gelatina usada en pastelería para agregar brillo a pasteles y postres. 3. Conservar hecha hirviendo junto el jugo de fruta y el azúcar entonces fijados en tarros como los atascos.
	Génoise	Un bizcocho esponjoso y ligero.

	Glaçage	Mezcla de ingredientes con una consistencia almibarada, dulce o salada, usada para cubrir pasteles, caramelos y ciertos alimentos sabrosos.
	Glace	1. Helado; Crème anglaise, que se convierte y se congela 2. Glace; fondo reducido hasta espeso y meloso.
	Glacer	1. Enfriar (o) congelar. 2. Cubrir un producto acabado con un recubrimiento tal como una reducción (o) azúcar, para dar un aspecto final liso y brillante y agregar sabor adicional.
	Glace royale	Mezcla de azúcar glas, claras de huevo y jugo de limón para decorar pasteles. Una vez seca tiene consistencia dura.
	Glace à l'eau	Mezcla de azúcar (o) azúcar en polvo y agua, utilizada para esmaltar pasteles.
	Glucose	Una sustancia dulce encontrada naturalmente en la fruta madura y la miel. Jarabe transparente y grueso obtenido por descomposición química del maíz (almidón). Es un tercio menos dulce que el azúcar. Se utiliza para evitar la cristalización del azúcar.
	Graisser	Cubrir con una sustancia grasa (mantequilla, aceite) un molde. "cirer"
	Gratiner	Colocar en un horno (o) bajo una salamandra una preparación, previamente cubierta de pan rallado (o) salsa (o) queso, para darle un color dorado.
	Griller	Emparrillar. cocción por irradiación y concentración. Acción de "cuadrillar" una proteína o vegetal, a fin de provocar una reacción de Maillard y realzar el sabor.
H	Habiller	Preparar una pieza para cocinar (pescado, ave, carne)
	Hacher /hachoir	Picar / Utensilio para picar- triturar
	Historier	Corte de precisión, en forma de "dientes de lobo" u otra forma puntiaguda, aplicado en muchos casos al limón
I	Imbiber	Para remojar (o) embeber con un líquido.
	Inciser	Hacer incisiones a un alimento para facilitar su cocción.
	Incorporer	Mezclar todos los ingredientes.
	Infuser	Colocar un elemento en líquido hirviendo y dejar que se asiente para que el elemento aromático perfume el líquido.
J	Jardinière	Corte de jardinera (bâtons).
	Julienne	Vegetales cortados en tiras delgadas (2mm x 5/6 cm)
	Jus	Jugo obtenido de un ingrediente por prensado, exprimido (o) cocinado.
K	Kamut	Variedad de trigo
	Kéfir	Leche en fermentación (cocina norte africana)
	Koulbiac	"pâté en croûte" – pastel de masa hojaldre relleno de salmón, arroz, espinacas, vegetales y huevos
	Kirsch	Brandy de cerezas
L	Laminer	Estirar una masa fresca con la ayuda de una maquina ("laminoire")
	Lard	Grasa de cerdo - hay dos tipos: - Lard gras: solo grasa - Lard maigre: grasa y carne
	Larder	Insertar con una aguja especial "lardoir", tiras de grasa(lardo) en pieza de carne para evitar que la carne se seque durante la cocción.

	Lardons	Corte de precisión de tocino/panceta (0.5 cm x 3-4 cm)
	Levain	Fermento natural o levadura viva
	Lever	Levar - Fermentar. Filetear: para obtener el filete de un pescado con un cuchillo.
	Levure	Levadura fresca. Levure chimique: Levadura química - Polvo de hornear.
	Liaison	Preparación utilizada para espesar una salsa o un líquido.
	Lier	Espesar agregando una preparación tal como un roux, almidón, huevo, harina o beurre manier.
	Lisser	Finalizar-rectificar de una preparación para obtener una textura lisa (sin "grumeaux")
	Lustrer	Abrillantar una preparación antes de servir.
	Lut / Lutage	Masa de harina y agua destinada a cerrar herméticamente un ambiente de cocción.
	Luter	Cerrar un recipiente, una cocotte con una masa compuesta de harina y agua; evita la evaporación.
M	Macédoine	1. Una mezcla de frutas (o) verduras cortadas en dados de 1/2 cm 2. Una ensalada clásica hecha de pequeños cubos de zanahoria, nabo, vainitas, alverjas y con mayonesa.
	Macérer	Sumergir frutas y frutos secos en alcohol con el fin de darles sabor y suavizarlos. Macerar
	Malaxer	Trabajar un alimento para suavizarlo. Suavizar.
	Manchonner	Raspar la carne de los huesos para mejorar su presentación, por ejemplo, costilla de cordero.
	Mandoline	Utensilio que permite rebanar finamente o rallar
	Manié (beurre)	Trabajar 2 cantidades iguales de mantequilla y harina, a crudo, para espesar salsas o caldos
	Mantecar	"Réaliser le Mantecato" - (en) mantecar: finalizar con parmesano rallado y mantequilla en cubos (el risotto es cremoso, debe mantecarse)
	Mariner	marinar: acción de ablandar, conservar y dar sabor a alimentos.
	Marquer JUS	Iniciar-elaborar el proceso de cocción de un fondo o JUS
	Masquer	Cubrir completamente una preparación, un plato con salsa, crema o gelatina.
	Médallions	Pieza redonda, plana de carne, aves, pescado o crustáceo.
	Meringue	Batido a blanco de huevo con azúcar y horneado. Los tres tipos de merengues incluyen: merengue francés, merengue italiano y merengue suizo.
	Mijoter	Cocinar muy lentamente a fuego lento con poca evaporación
	Mirepoix	Hortalizas mezcladas picadas. El tamaño de las verduras depende de la duración de la cocción.
	Monder	retirar la piel de un vegetal/fruta/almendra en agua hirviendo.
	Monter	1. Para aumentar el cuerpo (o) el volumen, por ejemplo, claras de huevo, crema y salsas calientes - béarnaise, hollandaise, etc. 2. Añadir mantequilla a una salsa para mejorar la textura.
	Mouiller	Humedecer una preparación antes de cocinar añadiendo un líquido.
	Mouler	Formar, dar forma o moldear.
	Moutarder	añadir mostaza, untar de mostaza.

N	Nacrer	Nacarar; envolver el arroz con materia grasa (calor medio hasta que su aspecto sea translucido)
	Nappage	Esmalte de sabor a frambuesa o albaricoque para cubrir los artículos de pastelería.
	Nappe (à la)	a punto napado: cocer-reducir hasta que la preparación cubre fácilmente una espátula.
	Napper	Para cubrir los alimentos.
	Noircir	El oscurecimiento o decoloración de ciertas frutas y verduras cuando se deja en contacto con el aire durante demasiado tiempo.
	Noisette	Un pequeño filete redondo o rebanada de carne
P	Panade	Una mezcla cocida hecha de leche, agua o caldo y almidón como harina, pan o semolina. Se utiliza como aglutinante para mousses, terrinas, quenelles y gnocchi.
	Paner	Empanizar, cubrir un alimento con pan rallado fresco o seco después de sumergir en harina y huevo batido (véase Anglaise) y luego cocinar en mantequilla o aceite.
	Panier	Una canasta
	Papillote	<ol style="list-style-type: none"> 1. El volante de papel se utiliza para decorar los extremos de los huesos de ciertas aves de corral y las comidas. 2. En papillote: un sobre hecho de pergamino o papel de aluminio en el cual los ingredientes se hornean para que puedan cocinar suavemente en su propio vapor y no perder ningún sabor.
	Parer	Quitar los nervios, tendones y la grasa de la carne para darle una apariencia uniforme
	Passer	Colar, cernir. (tamizar)
	Pâte	Masa o pasta de pastelería
	Pâté	<p>Pâté en croûte - Carnes cocida dentro de una masa (o) costra.</p> <p>Pâté en terrine - carne, pescado, etc. preparación cocinada envuelta con tocino y servida fría.</p>
	Pâton	Masa de pastelería cruda lista para ser modelada.
	Paupiette	Un trozo fino de carne o pescado aplastado, relleno, atado y estofado.
	Peler	Retirar la piel de las frutas y verduras.
	Peler à vif	Quitar la cáscara y la membrana externa de cítricos con un cuchillo.
	Persillade	Mezcla de perejil finamente picado y ajo. Se puede añadir migas de pan.
	Persillé	Preparación que se agrega perejil.
	Pétrir	Amasar.
	Piler	Para aplastar o moler, usando un mortero y un mazo.
	Pilon	<ol style="list-style-type: none"> 1. Extremo de la pierna de ave sin encuentro. 2. Un pilón: herramienta utilizada para triturar.
	Pincée	Una pequeña cantidad de un ingrediente seco medida pinchando con el pulgar y el dedo índice.
	Pincer	<ol style="list-style-type: none"> 1. Para pellizcar (o) doblar el borde de las masas de pastelería. 2. Pincer la tomate: para cocinar la pasta de tomate y eliminar el exceso de humedad y acidez. 3. Pincer les os: para bien colorear los huesos en un horno muy caliente. El primer paso para hacer un fond brun. 4. Pincer les sucs: para oscurecer los zumos de cocción dorados en una sartén con el fin de reforzar el sabor al desglasar.
	Piquer	1. "piquer à l'ail" Pinchar una carne con dientes de ajo

		2. Hacer pequeños agujeros en una masa con un tenedor para evitar que suba durante la cocción.
	Pluches	Obtener las hojas del tallo de hierbas.
	Pôcher	Cocer a fuego lento inmerso en líquido - escalfar
	Poêler	Cocinar un alimento sobre una guarnición aromática, tapado y al horno, con ningún o poco mojamiento.
	Poêler	Saltear en una "poêle"-sartén
	Pointe	1. Extremidad de los espárragos. 2. Pequeña cantidad de alimento medida por el extremo de un cuchillo.
	Pousser	Dejar fermentar.
	Praliné	Mezcla de frutos secos con azúcar por lo general con almendras o avellanas.
Q	Quadriller	Para imprimir las marcas entrecruzadas en la carne, el pescado o las verduras mientras se asa a la parrilla - por contacto con barras de la parrilla o pinchos calientes.
	Quatre Épices	Cuatro especias - una mezcla de pimienta molida, nuez moscada, clavo de olor y canela utilizada para el condimento.
	Quenelles	1. Empanadillas finas de carne, pescado o aves de corral, generalmente moldeadas con cucharas o enrolladas. 2. Oval (o) forma de huevo hecha de mousse con dos cucharas.
	Quiche	Tarta salada horneada, generalmente compuesta de una masa, un relleno y un aparejo - "royale"
R	Rafrâichir	. Para detener rápidamente el proceso de cocción y enfriar los alimentos sumergiéndolos o colocándolos sobre un baño de hielo. . "realimentar" con harina, agua u otro alimento una masa fermentada
	Raidir	Sellar sin que tome color. Cocinar-asustar rápidamente a fuego alto.
	Râper	Rallar
	Rassir	. Dejar reposar el pan hasta que esté rancio. . Madurar una carne
	Rectifier	Rectificar la sazón de una preparación.
	Réduire	Reducir líquido mediante ebullición.
	Relevé	Bien sazonado, bien condimentado, picante.
	Remonter	Traer de vuelta una salsa después de que se ha separado.
	Repère ("Lut")	Mezcla de harina y clara de huevo o harina y agua utilizada para asegurar el ajuste apretado de la tapa de cazuela.
	Revenir	Dorar los alimentos rápidamente en una sartén.
	Rissoler	Dorar y cocinar los alimentos en aceite caliente.
	Rompre	Golpear una masa a base de levadura que haya fermentado.
	Rôtir	asar, cocer un alimento al horno o «al palo» (rôtissoire), sin tapar, con materia grasa
	Roux (Blanc-Blond-Brun)	Mezcla de harina cocida y grasa utilizada para espesar líquidos. Hay tres clases - Blanco, Rubio u Oscuro - dependiendo del tiempo de cocción.
	Royale	1. Preparación líquida de diversos ingredientes mezclados entre sí para obtener una receta acabada, por ejemplo "appareil à Flan" - aparejo de crêpes 2. originalmente solamente huevos y leche, cocido-cuajado, enfriado y cortado.
	Ruban	Punto cinta
S	Saisir	Cocinar-asustar rápidamente a fuego alto.

	Salamandre	Un asador. El elemento calefactor superior en un horno o un aparato profesional utilizado para dorar los alimentos.
	Saupoudrer	Para rociar o dragar.
	Sauter	Cocer a fuego alto, con poca materia grasa, sin tapa
	Singer	Espolvorear los ingredientes con harina para espesar la salsa.
	Siroper	Añadir-brochar un almíbar a una masa o bizcocho.
	Suer	Sudar; Cocinar las verduras lentamente para liberar los jugos naturales.
	Suprême	. Segmentos cortados de un cítrico que han sido (pelados à vif) – “gajo” . definición de un filete o pechuga de ave
T	Tailler	Cortar de una manera precisa.
	Tamis	Tamiz de tambor. Cilindro grande con una malla de alambre que cubre un lado. <i>Passer au tamis</i> : presionar un puré como de pollo o de ternera por medio de un tamiz dando como resultado una textura más fina mientras se quitan los nervios o tendones restantes.
	Tamiser	Cernir, tamizar.
	Tamponner	Poner mantequilla en la superficie de un aparato o salsa caliente para evitar la formación de una piel en la superficie.
	Tapisser	Cubrir los lados de un molde con los ingredientes.
	Timbale	1. Pequeño molde metálico redondo. 2. Varias mezclas a menudo encerradas en la corteza de los pasteles, sirvieron como aperitivos calientes.
	Tourer	Para estirar y plegar una masa. Proceso de laminado para añadir mantequilla a una masa de hojaldre.
	Tourner	1. Dar forma a los vegetales pelándolos y girándolos. 2. Para mezclar los ingredientes juntos mezclando en un movimiento circular.
	Travailler	Para trabajar los ingredientes. Para amasar una masa.
	Tremper	1. Dejar un artículo en remojo en líquido, tal como frijoles secos. 2. Para sumergir rápidamente un elemento en un recubrimiento para cubrirlo. 3. Para saturar un artículo con líquido.
	Truffer	Para decorar, añadir o rellenar con trufas.
	Turban	Usado generalmente con el pescado, una manera de rodar un filete pequeño con o sin un relleno; Para presentar alimentos en un círculo, p. Savarin.
U	Umami	El quinto sabor o sensación del “conforto” en la boca, unificación de aromas y sabores, a veces representado por el realzador de sabores (glutamato)
	Upériser/UHT (“Uperización”)	UHT (Ultra High Temperature) Esterilizar la leche por 2 segundos a 150 °C, y enfriar con procesos muy rápidos.
	Unilatérale (à l’)	Cocción solamente de un lado, generalmente el lado de la piel.
	Ustensile	Utensilio – herramienta – “batterie de cuisine”
V	Vanner	Mover ligeramente una salsa caliente o una crema con una cuchara durante la cocción para mantener una temperatura constante o después de cocinar sobre hielo para detener el proceso de cocción.
	Vapeur	Vapor. Un método de cocinar sin usar grasa.
	Velouté	Una sopa espesa; Hecho de una acción y un roux al cual se agrega yema de huevo y crema.

		<ol style="list-style-type: none"> 1. Una de las 5 salsas de la madre, es una acción blanca espesada con un roux. 2. Una sopa hecha de un velouté a la que se han añadido yema de huevo y crema, y se sirve con una guarnición de acompañamiento.
Z	Zesteur - Zester	<ol style="list-style-type: none"> 1. Un utensilio usado para quitar la cáscara de los cítricos. 2. Para quitar la parte de color o cáscara de los cítricos o peeling con un cuchillo pequeño.
	Ziste	Parte únicamente blanca de los cítricos (entre la pulpa y la piel)

Apéndice II: Conversiones

Volumen

- fl oz = Onza fluida
- qt = Cuarto
- gal = Galón
- ml = Mililitro
- cc = Centímetro Cúbico
- L = Litro
- pt = Pinta
- cl = Centilitro
- fl oz to ml = fl oz x 29.6 = ml
- ml to fl oz = ml ÷ 29.6 = fl oz
- L to gal = L x 0.264 = gal
- gal to L = gal ÷ 0.264 = L

Peso

- lb = Libra
- oz = Onzas
- st = Stone
- g = gramos
- kg = Kilogramos

Mediciones Lineares

- in = Pulgada
- mm = Milímetro
- cm = Centímetro
- M = Metro
- ft = Pie
- 1 lb = 16oz 1L = 1000ml
- 1 kg = 1000g 1 pt = 20fl oz
- 1 st = 14lb 1 pie = 12in
- 1 cm = 10mm 1 yarda = 3ft
- 1 M = 100cm

Temperatura

- °C = Grados Celsius
- °F = Grados Fahrenheit
- °Re = Grados Réaumur
- °B = Grados Baumé
- °C to °F = °C x 1.8 + 32 = °F
- °F to °C = °F - 32 x 5 ÷ 9 = °C

Tamaños de cuchara

Cuchara	UK	US
Teaspoon (tsp)	5ml	1/6oz
Dessertspoon (dsp)	10ml	1/3oz
Tablespoon (tbsp)	15ml	1/2oz

Conversión de Imperial a Métrico

Tenga en cuenta, aunque se ha proporcionado una tabla de conversión para las medidas en seco, es una aproximación. 1 oz = 28.33 g. En aras de la simplicidad, podemos suponer que 1 oz es 25g o 30g. No es aconsejable convertir una receta de métrica a imperial o viceversa, especialmente si se pretende multiplicarla en grandes cantidades o lotes. Si se requiere conversión, vale la pena volver a escribir la receta utilizando una nueva escala de medición. Nunca mezcle medidas métricas e imperiales en la misma receta.

Las pulgadas están generalmente marcadas con comas invertidas, p. 3 "y un pie está generalmente marcado con un apóstrofe, por ejemplo 7 '.

PESO			VOLUMEN		LONGITUD	
Imperial	Métrico		Imperial	Métrico	Imperial	Métrico
1/8 oz	5 g		½ fl oz	15 ml	1/16 in	2 mm
¼ oz	10 g		1 fl oz	30 ml	⅛ in	3 mm
½ oz	15 g		2 fl oz	50 ml	¼ in	5 mm
1 oz	25 / 30 g		2 ½ fl oz	75 ml	⅜ in	8 mm
1 ¼ oz	35 g		3 ½ fl oz	100 ml	½ in	10 mm / 1cm
1 ½ oz	40 g		4 fl oz	125 ml	⅝ in	15 mm/1.5 cm
1 oz	50 g		5 fl oz / ¼ pt	150 ml	in	20mm / 2cm
2 oz	55 g		6 fl oz	175 ml	1 in	2.5 cm
2 ¼ oz	60 g		7 fl oz / 1/3 pt	200 ml	1 ¼ in	3 cm
2 ½ oz	70g		8 fl oz	225 ml	1 ½ in	4 cm
3 oz	85g		9 fl oz	250 ml	1 in	4.5 cm
3 ¼ oz	90 g		10 fl oz / ½ pt	300 ml	2 in	5 cm
3 ½ oz	100 g		12 fl oz	350 ml	2 ¼ in	5.5 cm
4 oz	115 g		14 fl oz	400 ml	2 ½ in	6 cm
4 ½ oz	125 g		15 fl oz / pt	425 ml	2 in	7 cm
5 oz	140g		16 fl oz	450 ml	3 ¼ in	8 cm
5 ½ oz	150g		18 fl oz	500 ml	3 ½ in	9 cm
6 oz	175g		20 fl oz / 1 pt	568 ml	3 in	9.5 cm
7 oz	200g		1 ¼ pt	700 ml	4 in	10 cm
8 oz	225g		1 ½ pt	850 ml	4 ¼ in	11 cm
9 oz	250 g / ¼ Kg		1 pt	1000 ml / 1L	4 ½ in	12 cm
10 oz	280g		2 pt	1.2 L	5 in	13 cm
10 ½ oz	300g		2 ¼ pt	1.3 L	5 ½ in	14 cm
11 oz	325g		2 ½ pt	1.4 L	6 in	15 cm
12 oz	350g		2 pt	1.5 L	6 ¼ in	16 cm
13 oz	375g		3 pt	1.7 L	6 ½ in	17 cm
14 oz	400 g		3 ½ pt	2 L	7 in	18 cm
15 oz	425 g		4 ½ pt	2.5 L	7 ½ in	19 cm
16 oz / 1lb	450 g		5 pt	2.8 L	8 in	20 cm
2.2 lb	1000 g / 1kg		5 ¼ pt	3 L	8 ½ in	22 cm
					9 in	23 cm
					9 ½ in	24 cm
					10 in	25 cm
					12 in / 1 foot	30 cm
					20 in	50 cm

Conversión de temperaturas

Celsius (°C)	Fahrenheit (°F)	Gas	Descripción
-24	-11		Freezer comercial
-18	0		Freezer de uso doméstico
-12	10		
-4	25		
0	32		Congelado
4	39		Temperatura del refrigerador
37	98.6		Tibio / Temperatura de la sangre
38	100		
65	150		
93	200		Hervido (alcohol)
100	212		Hervido (Agua)
110	224	¼	Horno frío
125	250	½	Horno frío
140	275	1	Horno muy frío
150	300	2	Horno muy frío
165	325	3	Horno bajo
180	350	4	Horno moderado
190	375	5	Horno moderado
200	400	6	Horno moderado alto
220	425	7	Horno alto
230	450	8	Horno caliente
240	475	9	Horno muy caliente
250	480		

Conversión de temperatura del azúcar - Etapas de cocción

Francés	Español	°C	°Re	°F
Petit perlé	Hilo	105	85	221
Grande perlé	Hilo fuerte	110	88	230
Petit soufflé	bola	112	90	233
Grande soufflé	Soplido fuerte	116	92.8	240
Petit boulé	Bola blanda	116-122	95-97	240-251
Boulé moyen	Bola mediana	122-124	97-99.2	251-255
Grand boulé	Bola dura	126-130	102-103.8	258-266
Petit cassé	Rajado suave	132-138	106-110	269-280
Cassé moyen	Rajado	144-150	114-118	291-302
Grande cassé	Rajado duro	150-158	118-125	302-316
Caramel	Caramelo	172-193	131-137	341-379

Conversiones Internacionales

En Le Cordon Bleu en Perú, enseñamos el sistema de medición métrico estándar. Es por su propia información de fondo que hemos proporcionado otras conversiones.

Para complementar esto, hemos incluido una muestra de peso adicional por volumen de conversiones para América. Debido al hecho de que cada producto alimenticio tendrá un peso diferente por taza de tamaño, es imposible proporcionarle una lista completa. Es por esta razón que algunos ingredientes básicos se han demostrado para su referencia solamente.

Conversiones de taza americana

Insumo	Cantidad	UK Métrico
Azúcar rubia	1 taza	170g
Mantequilla	1 taza	225g
Azúcar blanca	1 taza	225g
Cocoa	1 taza	90g
Fécula de maíz	1 taza	130g
Coco rallado	1 taza	100g
Harina	1 taza	140g
Azúcar en polvo	1 taza	112g

Conversión para cocciones en altitud

Puntos de ebullición según altura o elevación

Altura Pies: Ft (Metros: M)	Punto de ebullición Fahrenheit: °F (Celsius: °C)	Altura Pies: Ft (Metros: M)	Punto de ebullición Fahrenheit: °F (Celsius: °C)
0 ft (0 m)	212.0 °F (100 °C)	5,500 ft (1,676 m)	202.4 °F (94.67 °C)
500 ft (152.4 m)	211.1 °F (99.50 °C)	6,000 ft (1,829 m)	201.5 °F (94.17 °C)
1,000 ft (304.8 m)	210.2 °F (99.00 °C)	6,500 ft (1,981 m)	200.6 °F (93.67 °C)
1,500 ft (457.2 m)	209.3 °F (98.50 °C)	7,000 ft (2,134 m)	199.8 °F (93.22 °C)
2,000 ft (609.6 m)	208.5 °F (98.06 °C)	7,500 ft (2,286 m)	198.9 °F (92.72 °C)
2,500 ft (762.0 m)	207.6 °F (97.56 °C)	8,000 ft (2,438 m)	198.1 °F (92.27 °C)
3,000 ft (914.4 m)	206.7 °F (97.06 °C)	8,500 ft (2,591 m)	197.2 °F (91.78 °C)
3,500 ft (1,067 m)	205.8 °F (96.56 °C)	9,000 ft (2,743 m)	196.4 °F (91.33 °C)
4,000 ft (1,219 m)	204.9 °F (96.06 °C)	9,500 ft (2,895 m)	195.5 °F (90.83 °C)
4,500 ft (1,372 m)	204.1 °F (95.61 °C)	10,000 ft (3,048 m)	194.7 °F (90.39 °C)
5,000 ft (1,524 m)	203.2 °F (95.11 °C)	15,000 ft (4,572 m)	185.0 °F (85.00 °C)

Tabla de ajuste de recetas.

INSUMO	Ajuste	900 mts.	1,500 mts.	2,300 mts.	3,000 mts.
Levadura(s) química(s) (Polvo hornear, bicarbonato, etc.)	↓	20%	40%	60%	80%
Harina	↑	2%	4%	10%	20%
Huevo	↑	5%	10%	15%	20%
Azúcar	↓	3%	6%	10%	12%
Grasas (Aceite, manteca y mantequilla)	↓	0%	0%	10%	15%
Líquidos (Lácteos - Zumos, etc.)	↑	7%	15%	22%	30%

