

## Programma Corso “Cucina Base”

### Obiettivi:

Il corso presenta un carattere fortemente innovativo perché pone come obiettivo la promozione e lo sviluppo della capacità di scelta autonoma delle materie prime rispettando la stagionalità.

Prevede l’acquisto dei prodotti per la preparazione dei moduli attraverso le indicazioni dello chef e sulla disponibilità quotidiana offerta dal mercato.

Permette di apprendere la conoscenza degli alimenti, degli strumenti di lavorazione, delle stagionalità, della freschezza, della conservazione e delle componenti organolettiche dei prodotti.

L’acquisto in autonomia permette di ottenere peculiarità e qualità delle materie prime diverse per ampliare la capacità di problem solving e per permettere il confronto con gli altri corsisti rispettando le diversità e sperimentando il proprio talento.

Il test di valutazione finale prevede la preparazione di un evento rivolto ad ospiti esterni per acquisire competenze rispetto all’organizzazione del servizio e fare esperienza sui grandi numeri al fine di sviluppare un lavoro sulle quantità.

### 1)Modulo Teorico

- Igiene degli alimenti, norme europee sul HACCP applicate alla ristorazione, manuale HACCP come supporto per ottimizzare il proprio lavoro.
- I Cicli produttivi.
- Presentazione della cucina, gli strumenti, gli attrezzi, i coltelli, taglieri, mestoli, pentole e contenitori.
- Tutte le tecniche di cottura, fonti di calore e fonti di raffreddamento, gli alimenti e la loro composizione chimica.

#### LA PRESENTAZIONE DELLA CUCINA

- Gli attrezzi: taglieri- coltelli-
- Gli utensili mestoli scavini
- Le pentole
- I contenitori
- Le fonti di calore
- Le fonti di raffreddamento
- Gli elettrodomestici

#### TECNICHE DI COTTURA

- Arrosto
- Brasato
- Umido
- Vapore
- Grigliato
- Fritto
- Stufato
- Marinato
- In salamoia

#### LE MATERIE PRIME

- Proteine vegetali
- Proteine animali
- Vegetali e frutta
- Grassi
- Zuccheri
- Carboidrati

#### APPROFONDIMENTO E TEST DI VALUTAZIONE MODULO 1



## 2) Modulo Antipasti

- Definizione degli antipasti. /antipasti vegetariani
- Antipasti di mare
- Antipasti di terra

## 3) Modulo Primi Piatti - 200 € singolo

- Pasta fresca
- Riso
- Minestre
- Primi vegetariani
- Primi di mare
- Primi di terra
- Calcolo delle porzioni
- Test di Valutazione



## 4) Modulo Secondi – 200 € singolo

- Secondi vegetariani
- Secondi di mare
- Secondi di terra
- Calcolo della porzione
- Test di Valutazione

## 5) Modulo Contorni

- Abbinamento
- Calcolo proporzione
- Definizione contorno



## 6) Modulo Dolci – 200 € singolo

- Dolci al cucchiaio
- Torte
- Dolci di credenza
- Semifreddo
- Dessert
- Definizione
- Abbinamento
- Calcolo delle porzioni

## 7) Modulo Organizzazione

- Organizzazione Menu
- Organizzazione Cena
- Organizzazione Buffet
- Organizzazione Evento

**Preparazione di un evento e organizzazione di un buffet**

**ATTESTATI DI PARTECIPAZIONE CORSO CUCINA AMATORIALE**

**COSTO TOTALE DEI MODULI: 900,00 euro**

**DURATA: 50 ore teoriche e pratiche presso il laboratorio di Ainhoa catering**

**CLASSE: massimo 10 corsisti**

**MATERIE PRIME: Acquistate personalmente dal corsista**

**Info e contatti: Ainhoa catering via Francesco Cilea 90, 09045 Quartu S. Elena**

**Email: [Catering@ainhoa.it](mailto:Catering@ainhoa.it)**

**Docenti: le Chef, Maria Grazia Loddo, Gabriella Tocco**

**È POSSIBILE ACQUISTARE I MODULI SINGOLARMENTE – 200 euro a modulo**

**Per info: 3478128013  
Catering@Ainhoa.i**