

## **UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA**

### **LABORATORIO DE GASTRONOMÍA 1, materia de Segundo año de la carrera de Licenciatura en Nutrición**

**Ciclo lectivo: 2023**

#### **DOCENTES A CARGO:**

**Lic. Alejandra Cabanas, JTP**

**Prof. Anabella Guardianelli, Ayudante diplomado**

**Lic. Anahí Livorsi, ayudante diplomado**

#### **Consideraciones Generales:**

La materia laboratorio de gastronomía I es una materia que se cursa en el segundo año de la carrera Licenciatura en Nutrición. Es una materia anual que cuenta con una carga horaria de 72 horas, que se cursan en 1 clase semanal de 3 horas reloj. Además, articula con la materia Técnica Dietética, también de segundo año y es necesaria su aprobación para poder cursar Laboratorio de Gastronomía II, en el tercer año de la carrera.

#### **Fundamentación de la materia:**

Que el alumno esté capacitado en métodos y técnicas de cocción, así como del uso y aplicación en distintos alimentos, con el fin de utilizar todos estos conocimientos para transmitírselo a la población con la cual trabaje o para realizar coherentes aplicaciones culinarias en los diferentes ámbitos gastronómicos en donde desempeñe su labor como licenciado en nutrición.

#### **OBJETIVOS**

##### **Generales:**

Lograr que el alumno realice diversas preparaciones culinarias reconociendo la importancia del concepto de elaboración-cocción como un proceso con historia y aplicación diferente según la familia o sociedad afectada.

##### **Específicos:**

Al finalizar la cursada el alumno deberá:

1. Conocer los utensilios mínimos necesarios para implementar en la cocina familiar.
2. Identificar las normas de higiene personal y del lugar de trabajo como medio de garantizar inocuidad alimentaria.
3. Reconocer los distintos tipos de alimentos y su uso en diferentes épocas del año.
4. Conocer, identificar y aplicar distintas técnicas de preparación de alimentos.
5. Conocer y aplicar los diferentes métodos de cocción.
6. Reconocer el rol del licenciado en nutrición en el sector gastronómico.
7. Comprender el concepto de transformación de los alimentos y su relación con la salud.
8. Elaborar platos de diversa complejidad.
9. Adquirir lenguaje técnico.

### **UNIDADES TEMÁTICAS:**

#### **Unidad temática 1:**

Equipamiento de cocina. Batería de cocina. Materiales de preparación. Herramientas y accesorios.

Normas básicas de higiene personal y del lugar de trabajo. Procesos de limpieza.

Técnicas para el lavado de frutas y verduras.

Medición de alimentos líquidos y secos. Utensilios de medición. Técnicas de medición.

#### **Unidad temática 2:**

Métodos y procedimientos de cocción. Métodos de Conservación. Refrigeración. Congelación. Control de temperatura.

#### **Unidad temática 3:**

#### **Cocina:**

### Salsas y Sopas:

·Salsas, definición, clasificación, preparaciones y usos. Salsa bechamel y derivadas. Salsas pardas. Salsas a base de huevo. Salsas a base de vegetales.

·Caldos y sopas, definición, clasificación, preparaciones y usos. Caldos, consomé, sopas y sopas crema.

### Carnes Rojas :

·Carne vacuna, cortes, clasificación, preparaciones y usos. Limpieza de piezas, deshuesado. Carnes asadas, carnes empanadas, carnes estofadas, carnes salteadas o fritas.

·Carne porcina, cortes, clasificación, preparaciones y usos. Limpieza de piezas, deshuesado. Carnes asadas, carnes estofadas, carne rellena.

### Carnes Blancas y Huevos:

·Carnes blancas, clasificación, preparaciones y usos.

Pollo: técnica de bridado, trozado y deshuesado. Preparaciones clásicas con pollo. Pollo rostizado, pollo en salsa, pollo relleno.

Pescado: técnica de limpieza, despinado, descamado, fileteado. Preparaciones clásicas con pescado. Papillote, pescado empanado, chupines.

·Huevo, preparaciones y usos. Preparaciones clásicas con huevo. Huevo cocido al agua, huevos rellenos, revueltos y tortillas.

### Cereales:

·Cereales, clasificación, preparaciones y usos. Pastas secas y frescas, pastas simples y rellenas. Crepes. Arroz.

### Vegetales:

La *mise en place*. Corte de verduras, corte de cebollas, cortes para papa. Torneados. Cocción de vegetales. Guarniciones aromáticas. Uso de frutas y verduras según la época del año.

·Vegetales, clasificación, preparaciones y usos. Preparaciones clásicas con vegetales. Vegetales al graten. Buñuelos. Vegetales grillé. Vegetales a la italiana. Puré de vegetales. Escabeches. Vegetales rellenos. Ensaladas.

### Legumbres:

·Legumbres, clasificación, preparaciones y usos. Legumbres frescas y deshidratadas, preparaciones simples y elaboradas. Milanesas de legumbres. Potages. Legumbres como aderezo.

### Semillas:

·Semillas, clasificación, preparaciones y usos. Semillas como ingrediente principal de las preparaciones, semillas como agregado enriquecedor de preparaciones.

### Preparaciones autóctonas:

Empanadas. Humita en chala. Carbonada. Historia de la cocina y su significado. Evolución de la cocina de nuestro país.

### Unidad temática 4:

#### **Panadería:**

Preparaciones clásicas de panadería. Panes simples y saborizados. Bizcochos. Galletitas. Grisines. Facturas.

### Unidad temática 5:

#### **Pastelería:**

Preparaciones clásicas de pastelería. Tartas. Masitas. Bizcochuelos. Budines. Alfajores. Tortas.

### Unidad temática 6:

#### **Postres y Dulces:**

Preparación de postres clásicos. Flanes. Budines. Postres con leche. Mousse. Fruta en compota, en almíbar y asada.

Preparación de dulces clásicos. Dulces, Jaleas y Mermeladas. Dulce de leche. Fruta abrillantada.

### **Metodología de enseñanza:**

Se dictaran clases práctico-teóricas en donde los alumnos en grupo, elaboraran diversas preparaciones culinarias, respetando ingredientes, cortes y preparación de alimentos, aplicando los métodos y procesos de cocción indicados para cada una de las preparaciones, sobre la base de material bibliográfico entregado con anterioridad a las clases, y bajo la supervisión constante de los profesores en el momento de la cursada.

### **Evaluación:**

Se tomarán 2 parciales al finalizar cada cuatrimestre, con sus correspondientes recuperatorios. En dichos parciales se evaluará al alumno de manera práctica (realizando 2 preparaciones culinarias) en conjunto con su grupo de trabajo (hasta 3-4 alumnos por grupo) y luego se realizará una evaluación individual.

La aprobación del parcial será con un 60% de la parte práctica aprobada y un 60% de la parte teórica aprobada.

La parte práctica evaluará el correcto proceso de desarrollo de la preparación, la presentación en simultáneo de las preparaciones, el orden y limpieza personal y del lugar de trabajo, así como la presentación y temperatura al momento de servirse el plato a evaluar.

La forma de evaluación final se desarrollará de forma individual, en examen escrito, no se realizará examen práctico.

### **Bibliografía:**

Ducrot, Victor Ego. Los sabores de la patria- 2ª ed.- Buenos Aires. Grupo Editorial Norma, 2009.

Finkelstein, Oscar. De la comida casera a la vida gourmet- 1ª ed.- Buenos Aires. Ediciones B, 2011.

Rodriguez Palacios, Ariel. Gran Manual de Técnicas del maestro de cocina. 4ª. Edición. Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Atlántida, 2016.

Wright Jeni, Treuillé Erik. Guía completa de las técnicas culinarias, Le Cordon Bleu Paris. Art Blume, 2012.

Laurent Duchene, Jones Bridget. Guía completa de las técnicas culinarias Postres. Le Cordon Bleu Paris. Art Blume, 2013.

Garimaldi Ubaldo, Los alimentos y su manejo. Ediciones Macchi, 1968.

Garda, María Rita. Técnicas del manejo de los alimentos. - 3ª ed.- Buenos Aires: Eudeba, 2009.

Charley, Helen. Tecnología de alimentos: procesos químicos y físicos en la preparación de alimentos. México. Limusa, 2012.

Gandulfo, Marcela. La cocina de Doña Petrona. Dimar Editora, 1997.

Gross Osvaldo, El abc de la pastelería, Grupo Editorial Planeta, 2013.

