

# COCINA MARINERA

## OBJETIVOS GENERALES

Elaborar diferentes preparaciones de la Cocina Marina, de acuerdo a recetario, aplicando técnicas y procedimientos de higiene en la manipulación de alimentos.

## CONTENIDOS

### Módulo I / HIGIENE Y MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS

1. Contaminación de alimentos en gastronomía.
2. Principales enfermedades transmitidas por contagio alimentario y formas de prevención.
3. Higiene personal.
4. Limpieza y sanitización

### Módulo II / TÉCNICAS BÁSICAS

1. Vocabulario técnico.
2. Métodos de cocción: calor húmedo, seco y mixto.
3. Fondos de cocina: blancos y oscuros.
4. Salsas bases: frías, calientes, blancas, oscuras y derivados.

### Módulo III / TÉCNICAS DE PREPARACIÓN Y PRESENTACIÓN DE PLATOS

1. Platos Fríos:
  - Salsas frías y dressing.
  - Entradas frías en base a pescados y mariscos.
2. Platos Calientes:
  - Sopas: claras o consomé, ligadas, especiales.
  - Entradas Calientes: preparadas en base de pescados y mariscos.
  - Platos Principales: preparados en base a pescados y mariscos.
3. Acompañamientos:
  - Papas, arroces, pastas y vegetales.

## DURACIÓN

20 Horas Cronológicas.

## CÓDIGO SENCE

En Trámite

## PRE-REQUISITOS

Lecto-Escritura, Condiciones físicas y condiciones de salud compatibles con la Actividad.

## METODOLOGÍA

Curso teórico-práctico, se aplicará una metodología activo participativa que contempla sesiones prácticas en talleres de Cocina. El instructor realiza demostraciones para ser repetidas por los participantes, de acuerdo a técnicas, normativas y recetas entregadas a través del curso.

## MATERIAL DIDÁCTICO

Los participantes reciben un manual con los conceptos teóricos básicos y recetas de cada uno de los temas a tratar.