

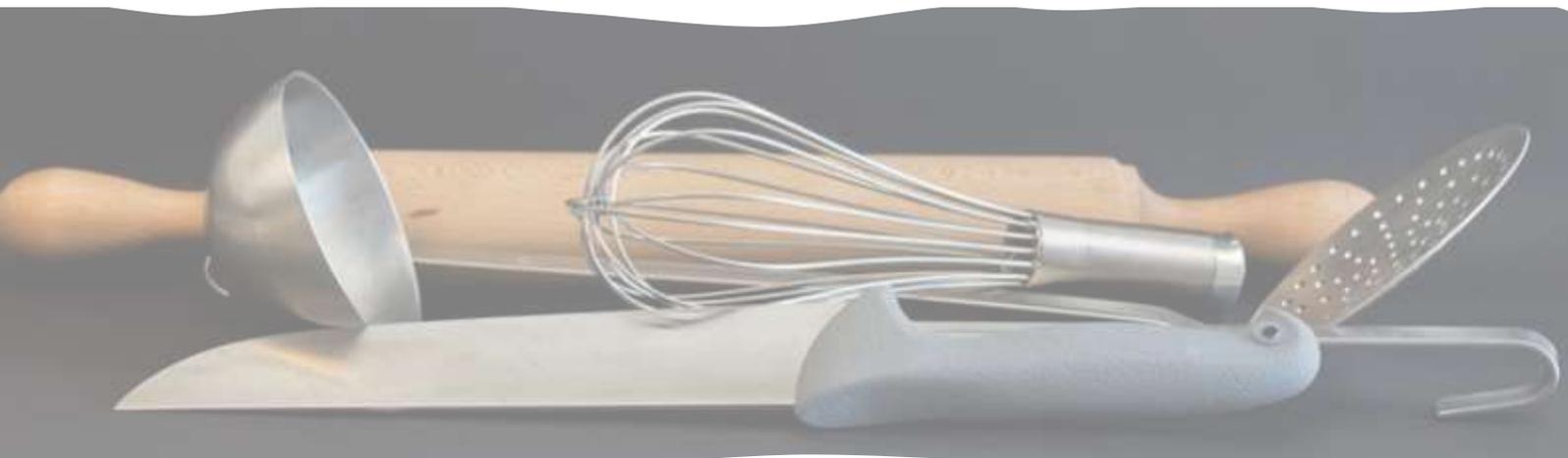


de

Fran López

FORMACIÓN TÉCNICA EN COCINA





Herramientas de cocina, manipulación de alimentos,  
conocimiento y dominio de las diferentes técnicas culinarias,



el curso de **Formación Técnica en Cocina**  
establecerá las bases para **convertirse en un gran profesional**



## OBJETIVOS

- Aprender a utilizar herramientas y equipos
- Conocer las técnicas culinarias desde la fisicoquímica hasta el dominio de la técnica
- Conocer las propiedades organolépticas y aplicaciones en cocina de una gran variedad de productos
- Desarrollar la competencia creativa
- Conocer las técnicas y los productos teniendo en cuenta su evolución y procedencia
- Desarrollar una visión integral de la industria gastronómica
- Aprender conocimientos culinarios desde un punto de vista de un restaurante gastronómico
- Crecer personalmente mediante la intuición y continua investigación
- Desarrollar competencias y habilidades que ampliarán tus horizontes profesionales
- Recibir orientación profesional y acompañamiento enfocado hacia un futuro exitoso asimilando una ética de trabajo basada en el esfuerzo.

## REQUISITOS DE ACCESO

- Pasión por la gastronomía
- Actitud y aptitudes para cocina
- Superar entrevista personal

## SALIDAS PROFESIONALES

- Cocinero
- Jefe de partida
- Restaurador



## CRONOGRAMA

- 15 meses divididos en 4 módulos

Módulo 1: Técnicas Básicas de Cocina. De 8 de octubre a 21 de diciembre 2019  
90 horas teoría + 350 horas prácticas.

Módulo 2: Producto y técnicas elaboración. De 13 de enero a 23 de junio 2020  
180 horas teoría + 700 horas prácticas.

Módulo 3: Prácticas no laborales en restaurante. De 1 de julio a 30 de septiembre 2020  
520 horas.

Módulo 4: Perfeccionamiento técnicas. De 6 de octubre a 22 de diciembre 2020.  
90 horas teoría + 350 horas prácticas.

- Total horas Programa Formación Técnico en Cocina: 2280 horas.
- Clases de martes a sábado de 9 a 17 horas
- Horario:

| LUNES    | MARTES                  | MIÉRCOLES                 | JUEVES                  | VIERNES                   | SÁBADO                  | DOMINGO  |
|----------|-------------------------|---------------------------|-------------------------|---------------------------|-------------------------|----------|
|          | Teoría/Taller de Cocina | Habilidades Transversales | Teoría/Taller de Cocina | Habilidades Transversales | Teoría/Taller de Cocina |          |
|          | Prácticas               | Prácticas                 | Prácticas               | Prácticas                 | Prácticas               |          |
| Descanso | Comida                  | Comida                    | Comida                  | Comida                    | Comida                  | Descanso |
|          | Prácticas               | Prácticas                 | Prácticas               | Prácticas                 | Prácticas               |          |
|          | Tutoría                 | Tutoría                   | Tutoría                 | Tutoría                   | Tutoría                 |          |

## METODOLOGÍA

### TUTORIAS

Los alumnos cuentan en cada día de su jornada de estudios con tutorías de seguimiento en su desarrollo tanto profesional como personal :

#### Tutor de cocina

Seguimiento de las prácticas y de los talleres revisando las fichas elaboradas por los alumnos, resolviendo dudas,... Evalúa al alumno en la cocina: actitud, higiene, pulcritud, habilidades y progreso culinario.

#### Tutor académico

Seguimiento académico en todo su conjunto. Velará por el alumno en todos los ámbitos: clases teóricas, comportamiento, actitud con los compañeros y posibles incidencias.

#### Tutor profesional

Elaboración de itinerario profesional del alumno identificando en que perfil laboral puede aportar mas valor según talento. Facilitará herramientas y metodología para búsqueda.

### HABILIDADES SOCIALES

La casuística específica de la cocina debido a la presión en la gestión del tiempo y el trabajo en equipo, hace que sea indispensable que la persona que trabaje, tenga un buen nivel en **habilidades sociales** y **habilidades de comunicación**.

El objetivo de esta formación no es únicamente formar cocineros sino grandes personas. Un buen profesional en cocina ha de ser formado tanto en técnicas culinaria como en competencias sociales. Es por ello que esta asignatura es imprescindible en nuestra formación.

### TALLERES DE COCINA

Cada semana realización de diferentes talleres de cocina basados en: Cocina Tradicional, creativa y de autor

Los talleres tienen una dinámica teórica y práctica:

Investigación sobre la temática del taller

Elaboración del plato protagonista del taller con su ficha correspondiente

## PRÁCTICAS DE COCINA

Organizadas en **tres temáticas i grupos** :

- **Elaboración del menú** del personal de cocina y alumnos
- **Preparaciones básicas y mise en place**
- **Cocciones**

Se combina la **formación por deducción con la de inducción**. Así, como ejemplo en algunos casos, los alumnos reciben la ficha del plato o elaboración por parte del profesor y en otros casos son ellos los que elaboran la ficha en base a la formación recibida.

## TALLERES MAGISTRALES

**Una vez al mes** se imparte un **taller magistral de toda una jornada** donde los alumnos comparten sesión con profesionales del sector.

## MES TEMÁTICO

El mes de Enero lo dedicamos a **visitas de interés gastronómico** relacionadas con la pesca, carnes y caza, vinicultura. Conocer el producto y platos a realizar con cada uno de ellos.



## CONTENIDOS

### TÉCNICAS CULINARIAS

#### Producto

Verduras, frutas, frutos secos, hierbas y guarniciones aromáticas  
Especias y condimentos  
Carnes y aves  
Pescados y mariscos  
Arroces y legumbres  
Quesos y derivados  
Huevos  
Aceite de oliva

#### Salsas y Cocciones

Cocciones secas, húmedas, mixtas  
Pre-cocciones  
Cocciones a baja temperatura. Cocciones antiguas y modernas  
Cómo escoger una cocción para cada producto: verduras  
Salsas tradicionales y especiales: españolas, del mundo. Aplicaciones y conservación  
Fondos y salsas básicas  
Cocción de huevos. Conservación antes y después de la cocción

#### Estilos de Cocina

Cocina Moderna: ligazones, nitrógeno líquido, texturizantes  
Cocina Tradicional: recetario. Control de la técnica  
Adaptación de estilos de cocina en la tecnología actual

#### Pastas y Repostería

Masas y pastas  
Diferencia entre las masas  
Repostería básica  
Pastelería

#### La Cocina como Centro de Trabajo

Seguridad e higiene, manipulación de alimentos  
Sistema de producción y organización  
Vestuario, higiene personal de los utensilios y del espacio laboral  
Jerarquía en una cocina

## HABILIDADES SOCIALES

### Trabajo en equipo

Estructuras de personalidad. Aporte de valor de cada componente

Equipo de alto rendimiento (EAR). Fases madurativas de un equipo

### Habilidades de comunicación

Asertividad y escucha activa

Saber preguntar y dar feedback. Uso del lenguaje

Empatía como factor clave en gestión de los compañeros

### Inteligencia emocional

Identificación y autocontrol de las emociones

Identificación y gestión de las emociones de los demás

### Organización y Planificación

Gestión del tiempo y la agenda

Urgente vs Importante. Priorización de tareas

### Gestión de conflictos

Proceso interno y proceso externo

Calibración de conflictos. Técnicas de resolución de conflictos

## TALLERES DE COCINA

### Cocina Tradicional

Evolución de la cultura gastronómica y elaboraciones tradicionales

### Cocina Creativa

Técnicas aplicadas a la cocina creativa y elaboraciones con técnicas innovadoras

### Cocina de Autor

Estudio de grandes figuras de la cocina y elaboración plato “estrella” de cada autor

## MONOGRAFICOS

Jornadas temáticas con talleres y clases magistrales:

La cocina de las setas

Moluscos y pescados en alta cocina

Carnes y sus tipos de cocciones

Arroces patrios y arroces del mundo

Cocina vegetariana

Cocina del Bacalao



C/ Molíns, 2, 43592 – Xerta  
Tarragona (España)

VILLA RETIRO

GRUP

• Des de 1929 •



+34 977 473 810



[www.escuelavillaretiro.com](http://www.escuelavillaretiro.com)

[info@escuelavillaretiro.com](mailto:info@escuelavillaretiro.com)



@escueladecocinaVR



@escuelacocinavilla