



## (UF0066) Elaboraciones básicas y platos elementales con hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos.

SKU: 10186

Horas: 70

### OBJETIVOS

Formato: HTML 5

- Analizar, poner a punto y realizar el proceso de ejecución y conservación de elaboraciones básicas de múltiples aplicaciones que resulten aptas para la elaboración posterior de platos con hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos. - Analizar, poner a punto y aplicar las técnicas básicas de cocinar hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos y, en su caso, de conservación, para obtener elaboraciones culinarias y platos elementales. - Analizar, poner a punto y realizar el proceso de regeneración que precisan las elaboraciones culinarias a base de hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos para su uso o consumo posterior. - Analizar y efectuar operaciones de acabado de elaboraciones culinarias de hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos de acuerdo con su definición, estado y tipo de servicio, para responder a una óptima comercialización.

### CONTENIDOS

**55, batería, utillaje y herramientas utilizados en las elaboraciones básicas y platos elementales con hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos** Introducción Características de la 55 utilizada Batería de cocina Utillaje de cocina y herramientas Resumen **Fondos, bases y preparaciones básicas de múltiples aplicaciones para hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos** Introducción Composición y elaboración de los fondos elaborados con hortalizas. Factores a tener en cuenta en su elaboración. Utilización Otras preparaciones básicas elaboradas con hortalizas y su utilización (coulis, salsas, cremas, veloutés, farsas...) Fondos y bases industriales elaboradas con hortalizas El sofrito y sus distintas formas de preparación según su posterior utilización Aplicación de las respectivas técnicas y procedimientos de ejecución y control para la obtención de fondos, salsas, mantequillas compuestas y otras preparaciones básicas Resumen **Hortalizas y legumbres secas** Introducción Hortalizas: definición. Distintas clasificaciones. Hortalizas de mayor consumo Utilización en cocina de las hortalizas. Análisis organoléptico para conocer el estado de conservación de las especies más comunes Legumbres. Principales legumbres secas. Categorías comerciales. Distintas clases de garbanzo, judía y lenteja. Otras leguminosas frescas y secas Resumen **Pastas y arroces**

Introducción Definición de pasta. Distintas clasificaciones. Formatos más comunes. Condimentos, salsas, quesos y farsas para pasta Definición de arroz. Clasificación en función del tamaño del grano. Categorías comerciales. Tipo de arroz y su preparación adecuada Resumen **Huevos** Introducción Definición. Composición. Clasificación. Distintas formas para saber si está más o menos fresco. Utilización. Formas básicas de preparación. Salsas y guarniciones para acompañamiento de platos de huevos. Utilización de la clara y de la yema Ovoproductos y su utilización Huevos de otras aves utilizados en alimentación Resumen **Técnicas de cocinado de hortalizas** Introducción Asar al horno, a la parrilla, a la plancha Freír en aceite Saltear en aceite y en mantequilla Hervir y cocer al vapor Brasear Aplicación de las distintas técnicas de cocinado a cada una de las variedades Resumen Técnicas de cocinado de legumbres secas Introducción Operaciones previas a la cocción (limpieza y selección del grano, remojo, etc.) Importancia del agua en la cocción de las legumbres Otros factores a tener en cuenta, según la variedad de legumbres Ventajas e inconvenientes de la olla a presión Resumen **Técnicas de cocinado de pasta y arroz** Introducción Cocción de pasta. Punto de cocción. Duración en función del tipo de pasta y formato Cocción de arroz. Distintos procedimientos. Punto de cocción. Idoneidad del tipo de arroz y método de cocción Resumen **Platos elementales a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos** Introducción Platos y guarniciones frías y calientes que se elaboran con hortalizas. Preparaciones y platos fríos elaborados con hortalizas. Salsas más indicadas para su acompañamiento Platos elementales de legumbres secas. Potajes, cremas y sopas de legumbres Platos elementales de pasta y de arroz más divulgados. Adecuación de pastas y salsas Platos elementales con huevos Preparaciones frías y ensaladas elementales a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroz y huevos Resumen **Presentación y decoración de platos a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos** Introducción Factores a tener en cuenta en la presentación y decoración de platos de hortalizas, legumbres, pasta y arroces. Montaje en fuente y en plato. Otros recipientes Montaje en fuente y en plato. Otros recipientes Adornos y acompañamientos más representativos utilizados en estos platos Resumen **Regeneración de platos preparados con hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos** Introducción Regeneración. Definición Clases de técnicas y procesos simples Identificación de equipos asociados Fases de los procesos, riesgos en la ejecución y control de resultados Realización de operaciones necesarias para la regeneración El sistema cook & chill y su fundamento Platos preparados: definición. Distintas clases. Platos preparados con hortalizas, otros vegetales y setas Resumen