



PROGRAM KURSU KULINARNEGO LIKE A CHEF

Wprowadzenie do zagadnień gastronomicznych.

Rodzaje placówek gastronomicznych i sposoby zarządzania

Schemat odpowiedzialności pracownika za poszczególnych pracowników

HACCP - omówienie zasad działania systemu

Podstawowe zagadnienia z zakresu bezpieczeństwa i ochrony przeciwpożarowej oraz pierwszej pomocy

Aranżacja różnych stanowisk pracy

Nowoczesne urządzenia w gastronomii

Wyposażenie stanowiska pracy

Organizacja miejsca pracy

Sprzęt używany w produkcji żywności

Procesy technologiczne i urządzenia stosowane w produkcji żywności

Obróbka wstępna i obróbka termiczna produktów spożywczych w celu zachowania ich smaku i bezpiecznego przechowywania

Zasady racjonalnego doboru surowców i ich maksymalnego wykorzystania w kuchni, stosowanie zasady zero waste

Przygotowanie wywarów, sosów i marynat

Sosy podstawowe z podziałem na rodzaje zagęszczania (mąka, jajka, masło i odparowywanie)



Marynaty mokre i marynaty suche
Sosy zimne/dipy
Przygotowanie wywarów i zup ze szczególnym uwzględnieniem wywarów warzywnych dla zup wegańskich i wegetariańskich
Wybrane wywary (warzywne, drobiowe, wołowe, wieprzowe, rybne)
Przygotowanie chłodników wegetariańskich
Przygotowanie zup kremów na wywarach mięsnych i wegetariańskich
Przygotowanie dań śniadaniowych
Przygotowanie przysmaków z jajek
Przygotowanie śniadań wegetariańskich i wegańskich
Przygotowanie i podanie śniadania
Technika zdobienia i podawania potraw
Dodatki w gastronomii
Warzywa używane do potraw
Dekoracyjne kanapki i przekąski
Dania delikatesowe
Przystawki
Technika dekorowania i serwowania potraw z wykorzystaniem warzyw
Praktyczne wykorzystanie technik kulinarnych



3 Gotowanie
Smażenie,
Duszenie
Grill
Konfitowanie i technika sous vide
Pieczenie
Przygotowanie dań makaronowych zgodnie z zasadą zero waste i wegetariańskich
Wybrane rodzaje makaronów (technika przygotowania makaronu)
Przygotowanie dań na bazie produktów mącznych
Układanie dań makaronowych
Przygotowanie dań wegetariańskich i wegańskich z wykorzystaniem zasady zero waste
Wegetariańskie przekąski
Produkty stosowane w daniach wegetariańskich i wegańskich
Maksymalne wykorzystanie produktów do przygotowania potraw
Układ serwowania dań wegetariańskich i wegańskich
Przygotowanie dań mięsnych
Tusze zwierzęce i ich zastosowania
Metody spulchniania i odkostniania mięsa



Przygotowanie mięsa z wykorzystaniem technik kulinarnych, mających na celu zachowanie jak największej ilości składników odżywczych

Układ dań mięsnych

Przygotowanie dań rybnych

Obróbka wstępna, metody patroszenia, rozluźniania, filetowania i krojenia ryby

Stosowanie technik kulinarnych do obróbki ryb, w tym mających na celu ograniczenie strat składników odżywczych

Dania z ośmiornic, kalmarów i owoców morza

Przygotowanie dań wegańskich i wegetariańskich

Dania wegańskie jako pełnowartościowy posiłek

Dania wegetariańskie: z rybami czy bez ?

Desery

Skąd czerpać inspirację do słodkich deserów?

Metody produkcji, dobór ciast i baz, z którymi należy łączyć smaki

Umiejętność wykorzystania pozostałości po przetwórstwie owoców do innych deserów

Wytłoki owocowe używane do ciast

Użycie całego owocu truskawka z szypułką i liśćmi

Przygotowanie deserów

Ciasto z owoców leśnych



Ciasto marcepanowe z gruszkami

Tarta z czarną porzeczką i bezami

Kruszonka z rabarbarem

Charlotte z letnimi owocami: truskawkami, borówkami, malinami

Krem bawarski z truskawkami

Sorbet rabarbarowy

Deser malinowy z pianką z białej czekolady

Tiramisu porzeczkowe z sosem miętowym

Wołowina

Wybór odpowiedniego mięsa: rodzaje wołowiny, jak wybrać mięso najlepszej jakości?

Metody przygotowania wołowiny: czyszczenie, dressing, krojenie, marynowanie, pieczenie, duszenie, gotowanie, smażenie

Przystawka: kanapki kornwalijskie z wołowiną i jabłkami

Danie I: Boeuf Stroganow z knedlami

Danie II: Stek wołowy z purée z topinamburu i sosem béillon

Przygotowanie potraw zgodnie z zasadą zero waste. Przygotowywanie dań z wołowiny z resztek z lodówki.

Podsumowanie kursu: wspólna degustacja potraw przygotowanych na zajęciach

EGZAMIN



Bank Żywności
w Olsztynie




Electrolux
Food Foundation
