

CUINA MARINERA



Atenció
personalitzada



Classes
presencials

CURS PRESENCIAL

Si ets amant del mar i t'agrada el peix, no et pots perdre aquesta proposta formativa.

La cuina dels pescadors és una icona de la identitat marinera del litoral català. El mar ens nodreix d'infinitat de delícies, sucosos peixos, mol·luscs, mariscs, etc. Al voltant de tots aquests productes existeixen múltiples possibilitats.

En aquest curs podràs descobrir i conèixer el receptari tradicional de la cuina dels pescadors.

Curs adreçat a totes aquelles persones que volen gaudir i aprendre a elaborar i ampliar el receptari amb plats típics de les nostres costes.

Objectius

- Aprendre a tractar i manipular els diferents tipus de productes del mar.
- Donar a conèixer un receptari de cuina tradicional marinera i quines són les tècniques de cocció més adequades.
- Aprendre bases culinàries per la conservació de totes les particularitats gustatives, organolèptiques i nutricionals del peix.

Continguts

- Tècniques de cuina: brous, picada, saltejar, rostir, fregir, marinar, etc.
- Tipus de peixos, mariscos i mol·luscos: rap, lluç, llamàntol, cloïsses, musclos, gambes, etc.
- Elaboracions: arròs de llamàntol, suquet de peix, salsa verda, salsa marinera, etc.
- Manipulació d'aliments i higiene alimentària.
- Manipulació d'estrils de cuina.

Metodologia

Curs de demostració on és el professorat qui cuina, explica i dirigeix les elaboracions dels plats. A cada sessió es treballarà un o dos plats i, per a cada elaboració, es demanarà la col·laboració de l'alumnat mitjançant ordre de llista o sorteig. La participació consistirà tant en la realització de la recepta com en la neteja i ordre dels estrils emprats. Una vegada acabada la sessió l'alumnat participant s'emportarà l'elaboració realitzada a casa. En alguna sessió es farà una petita degustació entre tot el grup.

Per fer un òptim seguiment de la sessió, es necessita un dossier amb el receptari que el professorat proporcionarà a l'alumnat en format pdf.

Avaluació

L'avaluació és continuada. Per ser avaluat és obligatòria l'assistència a un 80% de les classes. Es valorarà la participació activa i implicació envers la matèria així com l'actitud a classe.