



Área: Tecnológica	Nombre de la Unidad de Aprendizaje: Técnicas Culinarias	Nivel/semestre: Tercero
-----------------------------	---	-----------------------------------

Instrucciones generales de la guía:

Anotar aspectos que el alumno debe considerar antes de presentar el examen:

- La guía no tiene valor en la calificación final.
- Deberá desarrollar todos los temas entregarla el día del examen. (Portafolio de evidencias)
- El examen es teórico y práctico

Presentación:

Unidad 1: Antecedentes, Espacio, Brigadas y Equipos de Cocina.

Unidad 2: Fondos y Salsas Madre.

Unidad 3: Preparados (cortes de carne, frutas y verduras) y métodos de cocción.

Objetivos

La finalidad de la Unidad de Aprendizaje de "Técnicas Culinarias" es proporcionar los conocimientos fundamentales y habilidades necesarias para la preparación de alimentos a través de las técnicas culinarias básicas, de cortes de frutas y verduras y de cocción, así como de los componentes, estructura, materiales y equipos de una cocina, sus áreas de trabajo y personal involucrado, para fortalecer en el estudiante la construcción de un ser ético en su contexto, a fin de preparar alimentos que sean confiables.

Justificación

Este programa de estudios está enfocado al desarrollo de saberes y habilidades, para lo cual, las experiencias de aprendizaje se diseñan considerando el contexto real y las problemáticas del entorno local, regional, nacional e internacional. En estas experiencias de aprendizaje se incluyen aquellas que requieren de herramientas didácticas, tecnológicas específicas para la Unidad de Aprendizaje de Técnicas Culinarias, así como las herramientas como: internet, dispositivos electrónicos, recursos digitales entre otros que permiten el aprendizaje, integración y transformación del educando.



Estructura y contenidos

Unidad 1: Antecedentes, Espacio, Brigadas y Equipos de Cocina.

1. Identifica los antecedentes y espacios de una cocina para poder desempeñarse correctamente en una brigada de trabajo de una cocina.
2. Clasifica el uso y aplicación del equipo mayor y menor de una cocina para poder preparar un alimento.

Unidad 2: Fondos y Salsas Madre.

1. Utiliza las técnicas culinarias para la elaboración de un fondo y sus usos, así como en la preparación de platillos con huevo
2. Elabora salsas y marinados utilizando diferentes técnicas culinarias en un platillo.

Unidad 3: Preparados (cortes de carne, frutas y verduras) y métodos de cocción.

1. Realiza los tipos de cortes básicos para las carnes, frutas y verduras para la elaboración y construcción de platillos.
2. Ejecuta los métodos convencionales de cocción en la preparación de platillos en una cocina.

Evaluación

- La guía no tiene porcentaje de evaluación solo es de estudio.
- El examen escrito vale el 100% de la calificación teórica.
- Recuerda también tiene valor el examen práctico.
- Debes traer tu pluma.
- No se puede sacar celular
- Llega con 10 minutos de anticipación

Materiales para la elaboración de la guía

1. Presentar Apuntes desarrollados de Toda la Unidad de Aprendizaje.
2. Ejercicios de la Unidad de Aprendizaje.
3. Internet.



Actividades de estudio

Instrucciones: Marca la respuesta correcta.

1. ¿Cuál es el principal antecedente histórico de la cocina profesional?
 - a) La cocina molecular
 - b) Las cocinas medievales en castillos
 - c) La comida rápida
 - d) La nouvelle cuisine
2. El objetivo principal de una correcta distribución de áreas en cocina es:
 - a) Aumentar el número de platillos
 - b) Reducir tiempos, riesgos y contaminación cruzada
 - c) Decorar mejor el espacio
 - d) Usar más equipo
3. ¿Qué área corresponde a la recepción y almacenamiento de insumos?
 - e) Área caliente
 - f) Almacén
 - g) Área de servicio
 - h) Pase
4. ¿Quién es el responsable máximo dentro de la brigada de cocina?
 - a) Cocinero A
 - b) Chef ejecutivo
 - c) Steward
 - d) Mesero
5. ¿Qué equipo pertenece al equipo mayor?
 - a) Cuchillo chef
 - b) Estufa industrial
 - c) Tabla de picar
 - d) Pinzas
6. ¿Cuál es la función principal de la campana de extracción?
 - a) Enfriar alimentos
 - b) Eliminar humo, grasa y olores
 - c) Decorar la cocina
 - d) Iluminar
7. El equipo de conservación sirve para:
 - a) Cocinar alimentos
 - b) Mantener alimentos a temperatura segura
 - c) Presentar platillos
 - d) Transportar insumos
8. Un abatidor pertenece al equipo de:
 - a) Cocción
 - b) Conservación



- c) Preparación
 - d) Servicio
9. ¿Cuál es un equipo menor?
- a) Horno combi
 - b) Sartén
 - c) Refrigerador
 - d) Marmita
10. ¿Qué equipo se utiliza para mezclar y batir grandes volúmenes?
- a) Licuadora doméstica
 - b) Batidora industrial
 - c) Colador
 - d) Espátula
11. El fondo oscuro se elabora principalmente con:
- a) Verduras y pescado
 - b) Huesos de res rostizados
 - c) Pollo crudo
 - d) Verduras verdes
12. ¿Qué fondo es ideal para sopas claras y consomés?
- a) Fondo oscuro
 - b) Fondo blanco
 - c) Fondo de verduras
 - d) Fondo de pescado
13. El fondo de pescado se caracteriza por:
- a) Larga cocción
 - b) Cocción corta y sabor delicado
 - c) Uso de huesos rostizados
 - d) Color oscuro
14. ¿Cuál de los siguientes es una sopa espesa?
- a) Consomé
 - b) Caldo
 - c) Potaje
 - d) Fumet
15. El huevo cocido a 3 minutos se clasifica como:
- a) Duro
 - b) Tibio
 - c) Mollet
 - d) Escalfado



16. ¿Cuál es una salsa madre?
- a) Bechamel
 - b) Boloñesa
 - c) Española con vino
 - d) Gravy
17. La salsa velouté se elabora a partir de:
- a) Leche y roux
 - b) Fondo claro y roux
 - c) Aceite y huevo
 - d) Tomate
18. ¿Para qué sirven las marinadas?
- a) Decorar platillos
 - b) Ablandar, aromatizar y conservar
 - c) Espesar salsas
 - d) Congelar alimentos
19. El método de cocción por concentración es:
- a) Hervir
 - b) Freír
 - c) Vapor
 - d) Escalfar
20. El método mixto combina:
- a) Seco y húmedo
 - b) Frío y caliente
 - c) Crudo y cocido
 - d) Horno y congelación

Relaciona correctamente.

- A) Equipo / ConceptoB) Función
4. ___ Marmitaa) Conservación de alimentos
5. ___ Refrigeradorb) Cocción de grandes volúmenes
6. ___ Cuchillo puntillac) Cortes pequeños y precisión
7. ___ Campanad) Eliminación de humos
8. ___ Fondo blancoe) Base para salsas claras
9. ___ Sifón f) Espumas y presentaciones
10. ___ Batidorag) Mezclado
11. ___ Área fríah) Preparaciones sin cocción
12. ___ Brigadai) Organización del personal
13. ___ Marinadaj) Sabor y suavidad



Escribe las definiciones

1. Define qué es una cocina profesional.
2. Menciona dos ventajas de una correcta distribución de áreas.
3. Explica qué es una brigada de producción.
4. Da dos ejemplos de equipo de cocción.
5. ¿Qué diferencia hay entre fondo blanco y oscuro?
6. ¿Qué es un consomé?
7. Menciona dos usos del fondo de verduras.
8. ¿Qué es una salsa derivada?
9. Menciona dos cortes básicos de carne de res.
10. Define método de cocción húmedo.

Instrucciones: Responde de manera clara y completa.

1. Explica la importancia de los antecedentes históricos de la cocina en la gastronomía actual.
2. Describe la distribución ideal de una cocina profesional y la función de cada área.
3. Explica las cinco salsas madre, sus características y aplicaciones.
4. Describe los métodos de cocción (concentración, húmedos y mixtos) con ejemplos.

Información adicional

- Antes de responder; por favor lee con mucha atención y procura realizarlo completo.
- Procura no tardar en las preguntas que no entiendes, déjalas para el final.
- Un buen desarrollo de los temas hará que tengas el conocimiento que será para el éxito de aprobar tu examen.



Bibliografía básica

1. Monroy De Sada, P. y Martínez De Flores, G. (2012); Introducción a la Historia de la Gastronomía, 2da. Edición. Limusa Noriega.
2. Roncal Los Arcos, A. (2013). Instalación de muebles de cocina. UF0198. IC Editorial. <https://elibro.net/es/lc/elibrocom/titulos/45210>
3. Laza Muñoz, P y Olaya Abad, J. (2016). Cocina y Restauración. Volumen I. Cocina. Síntesis.
4. Civera Bendicho, J. y Pérez Ojeda, N. (2015); Productos Culinarios. Síntesis.
5. Le Cordon Bleu, P. (2016); Manual Teórico Cocina Básica, Programa Académico de Cocina. Le Cordon Bleu.
6. Salas García, F. (2015); Técnicas en Cocina. Síntesis.
7. The Gourmet Journal (2021); Revista Gastronómica. <https://www.thegourmetjournal.com/>
8. Rico Mar, V. (2012); Todo sobre la Cocina. Larousse.
9. Wright, J. y Treuillé, E. (2017); Guía Completa de las Técnicas Culinarias. Blume.
10. Larousse (2019); Larousse Gastronomique en español; Larousse.
11. Secretaria de Turismo. (2021). Certificación de Alimentos. <https://www.gob.mx/cofepris/acciones-y-programas/certificacion-de-alimentos-76095>
12. AMC Network Internacional, Latin America, (2021); El Gourmet: Recetas Caseras desde México. <https://elgourmet.com/programa/recetas-caseras-desde-mexico>

Integrantes de la academia

Andrea Jiménez Carmona
Lucero González Cervantes

Índice de contenidos

Unidad 1: Antecedentes, Espacio, Brigadas y Equipos de Cocina.

Unidad 2: Fondos y Salsas Madre.

Unidad 3: Preparados (cortes de carne, frutas y verduras) y métodos de cocción.

Temario

- Antecedentes de una cocina
- Espacios de trabajo
- Distribución de las áreas de trabajo
- Brigadas de Producción.



- Equipo mayor de una cocina
- Equipo de cocción
- Equipo de ventilación
- Equipo de conservación (refrigeración y congelación)
- Equipos de trabajo o ensamble
- Equipo menor de una cocina
- Equipos de manipulación.
- Equipos de preparación.
- Equipos de cocción
- Equipos de presentación
- Fondos oscuros y sus usos
- Fondos de pescados y sus usos
- Fondos blancos y sus usos
- Fondos verduras y sus usos (sopas, caldos, consomé, potajes).
- Huevos.
- Salsas madre, usos.
- Salsas derivadas, usos
- Aplicaciones de las salsas
- Marinadas.
- Cortes básicos de carnes (pollo, cerdo, res).
- Cortes de frutas y verduras.
- Métodos de Cocción (por concentración, húmedos y mixtos).

Contenido

Unidad 1: Antecedentes, Espacio, Brigadas y Equipos de Cocina.

- Antecedentes de una cocina
- Espacios de trabajo
- Distribución de las áreas de trabajo
- Brigadas de Producción.
- Equipo mayor de una cocina
- Equipo de cocción
- Equipo de ventilación
- Equipo de conservación (refrigeración y congelación)
- Equipos de trabajo o ensamble
- Equipo menor de una cocina
- Equipos de manipulación.
- Equipos de preparación.
- Equipos de cocción
- Equipos de presentación

Unidad 2: Fondos y Salsas Madre.

- Fondos oscuros y sus usos
- Fondos de pescados y sus usos
- Fondos blancos y sus usos
- Fondos verduras y sus usos
- (sopas, caldos, consomé, potajes).
- Huevos.
- Salsas madre, usos.
- Salsas derivadas, usos
- Aplicaciones de las salsas
- Marinadas.

Unidad 3: Preparados (cortes de carne, frutas y verduras) y métodos de cocción.

- Cortes básicos de carnes (pollo, cerdo, res).
- Cortes de frutas y verduras.
- Métodos de Cocción (por concentración, húmedos y mixtos).