



Escola Superior de Hotelaria e Turismo do Estoril

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR - 2023-24

Unidade Curricular: [1000009] Artes Culinárias - Cozinha I

1. Ficha da Unidade Curricular

Ano Lectivo: 2023-24

Unidade Curricular: [1000009] Artes Culinárias - Cozinha I

[8011] Produção Alimentar em Restauração (pós-laboral)

Plano Curricular [2] Oficial 2020

Ramo [0] Tronco comum

Área Científica Hotelaria e Restauração,

Obrigatória/Opcional Sim

Ano Curricular 1

Período S1 - 1º Semestre

ECTS 3

Curso [8011] Produção Alimentar em Restauração (pós-laboral)

Plano [2] Oficial 2020

Ramo [0] Tronco comum

Horas Contacto

(TP) Teórico Prático 0036:00 Semanais

(OT) Orientação e tutorial 0004:00 Semanais

Horas dedicadas (Trabalho não acompanhado)

0008:00

Total de horas de trabalho (Horas de contacto + horas dedicadas)

0084:00

4. Docentes

Docentes Responsáveis

Nome ANDRÉ FILIPE DA MOTA GERARDO

5. Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências a desenvolver pelos estudantes)

O objetivo principal consiste em dotar os alunos das técnicas bases, terminologia e práticas culinárias, que lhes permitam elaborar qualquer tipo de preparação culinária, aprendendo a conhecer diferentes tipos de ingredientes, confeções e equipamentos, assim como o conhecimento dos princípios de higiene e segurança alimentar associados à manipulação de produtos alimentares.

Paralelamente, pretende-se que o aluno desenvolva um conjunto de ferramentas mentais e em concomitância potencie algumas competências emocionais, pessoais e sociais no âmbito da gestão do tempo, das relações de entreajuda e do espírito de equipa.

6. Learning Outcomes of the curricular unit

The main objective is to provide students with the basic techniques, terminology and culinary practices that allow them to prepare any type of culinary preparation, learning to recognize different types of ingredients, cooking methods and equipment, as well as knowledge of the principles of hygiene and food safety, associated with the handling of food products. At the same time, it is intended that the student develops a set of mental tools and, at the same time, enhances some emotional, personal and social skills in the context of time management, mutual help relationships and team spirit.

7. Conteúdos programáticos

1. A cozinha, organização e instalações:
 - 1.1. Brigada de cozinha
 - 1.2. Hierarquia / Divisão do trabalho
 - 1.3. Funções
 - 1.4. Conceito de *Mise-en-place*
 - 1.5. Organização em cozinha.
 - 1.6. Bateria de cozinha e equipamentos.
2. Conhecimentos culinários básicos
 - 2.1. Terminologia culinária.
3. Técnica culinária
 - 3.1. Preparação e confeção de Legumes (cortes)
 - 3.2. Preparação e confeção de Caldos
 - 3.3. Confeção de Ovos
 - 3.4. Preparação e confeção de massas base de cozinha
 - 3.5. Preparação e confeção de saladas
 - 3.6. Preparação e confeção de arroz
 - 3.7. Preparação e confeção de leguminosas
 - 3.8. Métodos de confeção

8. Syllabus

1. The kitchen, organization and facilities:
 - 1.1. Kitchen brigade
 - 1.2. Hierarchy / Division of work
 - 1.3. Functions
 - 1.4. Concept of "Mise-en-place"
 - 1.5. Kitchen organization.
 - 1.6. Kitchen utensils and equipment.
2. Basic culinary knowledge
 - 2.1. Culinary terminology.

3. Culinary technique
 - 3.1. Preparation and cooking of vegetables (cuts)
 - 3.2. Preparation and cooking of broths
 - 3.3. Egg cooking
 - 3.4. Preparation and cooking of basic kitchen pastry
 - 3.5. Salad preparation and cooking
 - 3.6. Rice preparation and cooking
 - 3.7. Preparation and cooking of legumes
 - 3.8. Cooking methods

9.Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos de aprendizagem da unidade curricular

O programa está estruturado por ordem crescente de complexidade de conceitos/técnicas dando-se primazia às técnicas culinárias base, de tradição francesa (gastronomia Moderna), numa evolução gradual quantitativa e qualitativa das competências ao longo do semestre. A parte substancial das aulas consiste na capacitação técnica dos alunos através da execução de receitas, que são acompanhadas das explicações teórico-práticas, numa perspetiva de consolidação de todas as competências desenvolvidas ao longo do semestre que convergem na construção faseada de um conhecimento holístico.

10.Demonstration of the syllabus coherence with the curricula unit's learning objectives

The program is structured in order of increasing complexity of concepts/techniques, giving priority to basic culinary techniques, of French tradition (Modern gastronomy), in a gradual quantitative and qualitative evolution of skills throughout the semester. The substantial part of the classes consists of the technical training of students through the execution of recipes, which are accompanied by theoretical-practical explanations, in a perspective of consolidating all the skills developed that converge in the phased construction of a holistic knowledge.

11.Metodologias de ensino (avaliação incluída)

A UC funciona em aulas teórico-práticas, em que se apresentam os conteúdos programáticos segundos os métodos expositivo e demonstrativo numa parte e interrogativo e ativo noutra. Os conteúdos teóricos serão complementados em paralelo com a aplicação prática. O desenvolvimento de competências será potenciado por estratégias de simulação, repetição e associação de técnicas e conceitos de aula para aula. Após a exposição teórica dos conteúdos programáticos e das fichas técnicas, prossegue-se a realização da aula prática orientada pelo docente. O receituário e respetivas fichas técnicas são fornecidas pelo docente de acordo com as necessidades.

A Avaliação contínua valoriza:

Frequências teóricas 20%

Frequências práticas 35%

Trabalhos Grupo/Individuais 15%

Participação e Assiduidade 30%*

* Acompanhamento por parte do aluno das matérias lecionadas, a sua intervenção pertinente, e participação nas atividades pedagógicas desenvolvidas. Atitude, disciplina, pontualidade e fardamento.

12.Teaching methodologies (including evaluation)

The UC works in theoretical-practical classes, in which the syllabus is presented according to the expository and demonstrative methods in one part and interrogative and active in another. Theoretical contents will be complemented in parallel with the practical application. The development of competences will be enhanced by strategies of simulation, repetition and association of techniques and concepts from class to class. After the theoretical exposition of the syllabus and recipes, the practical class guided by the teacher continues. The recipes are provided by the teacher according to the needs.

Continuous Evaluation %:

Written tests 20%

Practical tests 35%

Group/Individual projects 15%

Participation and Attendance 30%*

* Monitoring by the student of the subjects taught, their relevant intervention, and participation in the developed pedagogical activities. Attitude, discipline, punctuality and uniform.

13.Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos da unidade

A apresentação dos conteúdos numa sequência crescente de complexidade, facilita a compreensão dos vários tópicos de aprendizagem e a sua interligação. O método expositivo e demonstrativo imediatamente seguido do método ativo, permite capacitar o aluno nas vertentes teóricas e práticas fomentando a compreensão e consolidação do conhecimento da cozinha, das suas técnicas e ingredientes. Melhoramos as suas competências dispondo em todas as aulas, de prática e técnica culinária, análise de resultados, partilha e discussão, promovendo a autonomia e senso crítico. No desenvolvimento de trabalhos de grupo e/ou individuais, fomenta-se a vertente da investigação e da curiosidade.

14.Demonstration of the coherence between the teaching methodologies and the learning outcomes

The presentation of contents in an increasing sequence of complexity, facilitates the understanding of the various learning topics and their interconnection. The expository and demonstrative method immediately followed by the active method, allows the student to be trained in theoretical and practical aspects, promoting the understanding and consolidation of knowledge of the kitchen, its techniques and ingredients. We improve their skills by providing in all classes, cooking practice and technique, analysis of results, sharing and discussion, promoting autonomy and critical thinking. In the development of group and/or individual work, research and curiosity are encouraged.

15. Bibliografia de consulta/existência obrigatória | Bibliography (Mandatory resources)

BREDA, J. (2005). Fundamentos de Higiene Alimentar e Nutrição, Linda-a-Velha: INFTUR

CONRAN C., CONRAN T. e HOPKINSON S. (1997). The Conran Cookbook, London: Octopus Publishing Group

DIMBLEBY J. (1996). O livro de ouro da Cozinha. Métodos, receitas e segredos, Lisboa: Verbo.

ESCOFFIER A. (2009). Le guide culinaire, Paris: Flammarion

HUME R. e DOWNES M. (1969). The Cordon Bleu Cookery Book, London: Andre Deutsch Ltd

LE CASSEC, A. et al (2015). Institut Paul Bocuse Gastronomique: The definitive step-by-step guide to excellence, Paris: Larrouse

MAINCENT-MOREL, M. (2006). Cozinha: técnicas e preparações base, Lisboa: Porto editora

MIZER, D., PORTER, M. e SONNIER, B. (1987). Food Preparation for the Professional, New York: John Wiley & Sons

RYAN, T. (2011). The Professional Chef. New Jersey: The Culinary Institute of America

TREUILLE, E., WRIGHT, J. Le Cordon Bleu - O Livro das Técnicas Culinárias, (s.l.) Livros & Livros

TROCHON É. e LEMERCIER B. (2013). Le répertoire des sauces, Paris: Flammarion

16. Metodologias de ensino (inclui avaliação) em situação de possível transição para o ensino à distância ou sistema misto no âmbito da pandemia COVID19)

Não aplicável

Inválido para efeito de certificação