

| COMPONENTE CURRICULAR: Habilidades e Técnicas Culinárias                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Código:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | TGAS 106                                                              |
| Carga Horária:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 80h [CH Teórica: 46h / CH Prática: 30h / CH Prática Profissional: 4h] |
| Quantidade de Aulas:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Total: 48 [Presenciais: 80   Não Presenciais: 16]                     |
| Número de Créditos:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 04                                                                    |
| Código pré-requisito:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Nenhum                                                                |
| Semestre:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1º                                                                    |
| Nível:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Técnico                                                               |
| EMENTA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                       |
| <p>Segurança do trabalho e limpeza do ambiente. Higienização de equipamentos, lavagem, sanitização e cortes de vegetais. Conhecimentos acerca de ervas e especiarias, hortaliças, legumes, raízes, tubérculos e cogumelos, cereais e leguminosas, frutas e etc. Identificação, cortes e métodos de cocção de carnes, peixes, frutos do mar, laticínios e ovos. Produção de fundos, molhos e sopas. Fome, escassez de alimento e aproveitamento de alimentos. Introdução a empratamento.</p>                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                       |
| OBJETIVOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                       |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Instruir na percepção dos riscos para evitar acidente de trabalho;</li> <li>• Manter a limpeza do ambiente;</li> <li>• Compreender e manter o bom funcionamento da cozinha;</li> <li>• Identificar matérias-primas de qualidade;</li> <li>• Valorizar a apresentação das preparações com a padronização dos cortes;</li> <li>• Aprender os métodos clássicos de cocção do alimento;</li> <li>• Realizar os cortes clássicos;</li> <li>• Realizar o <i>Mise en place</i>;</li> <li>• Utilizar as fichas técnicas;</li> <li>• Rotular e armazenar as produções de forma adequada;</li> <li>• Capacitar o aluno na aplicação dos conhecimentos teóricos nas atividades práticas interdisciplinares.</li> </ul> |                                                                       |
| PROGRAMA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                       |
| <p><b>UNIDADE I- NOÇÕES BÁSICAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Segurança do Trabalho;</li> <li>• Limpeza do ambiente;</li> <li>• Uniforme de cozinha;</li> <li>• Utilização e higiene de equipamentos, móveis e utensílios;</li> <li>• Higiene dos vegetais;</li> <li>• Organização estrutural da cozinha;</li> <li>• Divisão da brigada;</li> <li>• Divisão dos grupos de alimentos.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                       |

## **UNIDADE II- COCÇÃO**

- Transmissão de calor;
- Efeitos de calor nos componentes dos alimentos;
- Métodos de cocção.

## **UNIDADE III- BASES DA COZINHA**

- Cortes de vegetais;
- Cocção de vegetais;
- Acompanhamentos aromáticos;
- Fundos;
- Agentes espessantes.

## **UNIDADE IV- CONDIMENTOS**

- Ervas e misturas de ervas;
- Especiarias, mistura de especiarias, farofa de especiarias para empanar e marinadas de especiarias;
- Pimentas;
- Cocção de ervas e especiarias;
- Armazenamento de ervas e especiarias.

## **UNIDADE V- HORTALIÇAS, LEGUMES, RAÍZES, TUBÉRCULOS E COGUMELOS**

- Classificação;
- Escolha e compra;
- Usos;
- Cocção.

## **UNIDADE VI- FRUTAS**

- Classificação;
- Frutas tropicais ou exóticas;
- Escolha e compra;
- Usos;
- Cocção de frutas.

## **UNIDADE VII- CEREAIS E LEGUMINOSAS**

- Classificação;
- Tipos de preparo;
- Cocção;
- Compra e armazenamento.

## **UNIDADE VIII- CARNE- BOVINA, VITelo, SUÍNA, OVINA, CAPRINA E CAÇA**

- Classificação;
- Compra e armazenamento;
- Cortes;
- Tipos de preparo;
- Cocção.

## **UNIDADE IX- AVES**

- Classificação;
- Compra e armazenamento;
- Cortes e desossa;
- Tipos de preparo;
- Cocção de aves.

## **UNIDADE X- PEIXES, CRUSTÁCEOS E MOLUSCOS**

- Classificação de peixes, crustáceos e moluscos;
- Tipos de preparos com peixes, crustáceos e frutos do mar;
- Cocção de peixes, crustáceos e moluscos.

## **UNIDADE XI- OVOS E LATICÍNIOS**

- Classificação,
- Compra e armazenamento;
- Tipos de preparo;
- Cocção.

## **UNIDADE XII- IDENTIFICAÇÃO DE PRODUTOS SECOS**

- Compra e armazenamento;
- Grãos, farinhas de milho e farinhas (trigo, farinha de trigo, arroz, milho, aveia, outros grãos);
- Macarrão seco, legumes secos, frutos secos e sementes;
- Especiarias secas, sal e pimenta;
- Adoçantes;
- Gorduras e óleos;
- Produtos secos diversos: chocolate, vinagres e condimentos, extratos, leveduras, espessantes, café, chá e outras bebidas. Vinhos, cordiais e licores.

## **UNIDADE XIII- CONTEXTUALIZAÇÃO**

- Fome e escassez de alimento;
- Aproveitamento alimentar;
- Soberania alimentar;
- Técnicas culinárias e receitas tradicionais.

### **AULAS PRÁTICAS [30h]**

- Instruções de como utilizar equipamentos, móveis e utensílios da forma correta para
- prevenir acidentes e doenças ocupacionais, conforme alinhado na disciplina Segurança do Trabalho nos Serviços de Alimentação
- Elaboração dos Procedimentos Operacionais Padronizados- POP, conforme ensinado na disciplina Higiene e Manipulação de Alimentos e Informática Aplicada;
- Tipos de Cortes em insumos variados;
- Elaboração das fichas técnicas operacionais e gerenciais, conforme disciplina Gestão de Unidades de Alimentos e Nutrição e Informática Aplicada;
- Gerenciamento dos resíduos alimentares nas aulas práticas;
- Valorização dos pratos tradicionais utilizando as técnicas clássicas e registrando nas fichas técnicas;
- Dentre outras.

### **AULAS PRÁTICAS PROFISSIONAIS [4h]**

- Preparação de cardápio completo em ambiente simulado de cozinha profissional, com controle de tempo, produção e apresentação dos pratos.

### **METODOLOGIA DE ENSINO**

- Aulas expositivas, dialogadas, demonstrativas e/ou práticas;
- Dinâmica de grupo;
- Exercício dirigido;
- Elaboração de catálogo;
- Exposição de imagens com escultura de vegetais;
- Criação de preparações com texturas diferentes do tradicional/clássico;
- Visita técnica;
- Oficinas;
- Vivências exploratórias;
- Debates usando situações problemas e aspectos multidisciplinares (arte, libras, informática aplicada, responsabilidade socioambiental na gastronomia, Empreendedorismo, Planejamento em evento Gastronômico, técnica dietética, história da alimentação, dentre outras).

#### **Atividades não presenciais:**

- Elaboração de diários de bordo ou registros reflexivos;
- Realização de fóruns de discussão on-line;
- Participação em webconferências com registro de presença e síntese;
- Resolução de situações-problema reais ou simuladas.

## RECURSOS

- Quadro branco e pincel;
- Projetor de slides;
- Plataforma para aulas virtuais;
- Audiovisuais;
- Livros, revistas e textos diversos;
- Laboratório de cozinha pedagógica para práticas, assim como insumos, utensílios e equipamentos correlatos;
- Dentre outros.

## AValiação

A avaliação terá caráter diagnóstico, formativo, contínuo e processual e terá como critérios avaliativos: domínio do conteúdo, capacidade analítica, poder de síntese, compreensão de aspectos interdisciplinares, participação, assiduidade do discente nas atividades propostas pelo professor (teóricas e práticas), dentre outras.

Instrumentos de avaliação: exercícios, relatórios, avaliações escritas (objetivas ou subjetivas), trabalhos, seminários individuais e/ou coletivos, dentre outras.

O processo avaliativo poderá incluir atividades não presenciais. Entretanto, elas não serão computadas para controle de frequência, que depende exclusivamente da participação em aulas presenciais.

## BIBLIOGRAFIA BÁSICA

DAVIES, C. A. **Alimentos e bebidas**. 4. ed. Caxias do Sul: Educs, 2010. 254 p.

Instituto Americano de Culinária. **Chef Profissional**: Instituto Americano de Culinária. Senac, 2009.

KOVESI, B.; SIFFERT, C.; CREMA, C.; MARTINOLI, G. **400 g Técnicas de cozinha**. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 2020.

LE CORDON BLEU. **Técnicas Culinárias Essenciais**. 1ª Ed. São Paulo Ed. Nobel, 2010.

MONTEBELLO, N. P., COLLAÇO J. H. **Gastronomia**: Cortes e recortes- Volume II- Distrito Federal: Senac, 2008.

SEQUERRA, L. (org.) **Cozinha Fria e Garde Manger**. Ribeirão Preto, SP: Pearson Education do Brasil, 2017. (Biblioteca virtual universitária).

TEICHMANN, I. M. **Cardápios**: técnicas e criatividade. 7. ed. Caxias do Sul: Educs, 2009. 151 p.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

AMARANTE, J.O.A. **Queijos do Brasil e do mundo** [recurso eletrônico]: para iniciantes e apreciadores- São Paulo: Mescla, 2015. (Biblioteca virtual universitária).

BAUER, A.; PLANTIER, L. (org). **As 100 palavras da Gastronomia**. São Paulo: Edições Tapioca, 2013. (Biblioteca virtual universitária).

BORG, L. A., MONTEBELO, N. P, BOTELHO, R. P. A, ARAÚJO, W. M. C. **Alquímia**

**dos Alimentos.** 3ª Ed. Distrito Federal: Senac, 2007.

FELLOWS, P. J. **Tecnologia do processamento de alimentos:** princípios e prática. Tradução de Florença Cladera Olivera. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2006. 602 p.

MELO NETO, F. P. **Criatividade em eventos.** 5. ed. São Paulo: Contexto, 2012. 119 p.

OLIVEIRA, C.A.D. **Segurança e Saúde no Trabalho:** Guia de Prevenção de Riscos. 1 Ed. Dirce Laplace Viana Editora, 2014. (Biblioteca virtual universitária).

POLLAN, M. **Cozinhar:** uma história natural da transformação. 4ª Edição. Editora Intrínseca. 2014. 554 p.

SEQUERRA, L. (org.) **Cozinha Francesa.** Ribeirão Preto, SP: Pearson Education do Brasil, 2017. (Biblioteca virtual universitária).

| Coordenador do Curso | Setor Pedagógico |
|----------------------|------------------|
|                      |                  |