



CENTRE ENSENYAMENTS TÈCNICS PENEDÈS

PROGRAMES DE FORMACIÓ CONFORCAT A MIDA 2023-2024

# Preelaboració bàsica d'aliments vegetals

**UNITAT DE COMPETÈNCIA: UC0260\_2: Preelaborar i  
conservar tota classe d'aliments.**

**MODALITAT: Presencial/Teleformació**

**0h**

## OBJECTIUS

### Objectius generals:

- Realitzar la preelaboració i conservació de vegetals i aplicar tècniques culinàries bàsiques.

### Objectius específics:

- Analitzar els vegetals d'ús en la cuina, descriure'n les varietats i qualitats i identificar els factors culinàris o paràmetres que s'han de conjugar en el procés d'elaboració o conservació.
- Aplicar tècniques de preelaboració de diferents vegetals; realitzar-les de manera que aquests siguin aptes per emprar-los en l'elaboració de plats o per a la comercialització posteriors.
- Aplicar i respectar les normes i pràctiques de seguretat i higiene en la manipulació alimentària.

## CONTINGUTS (55h):

### 1. Maquinària i equips bàsics de cuina utilitzats en la preelaboració de vegetals. (4 hores)

- 1.1. Classificació i descripció segons característiques, funcions i aplicacions.

### 2. Matèries primeres(4 hores).

- 2.1. Principals matèries primeres vegetals.
- 2.2. Hortalisses: definició, diferents formes de classificació, espècies més utilitzades, estacionalitat, categories comercials i qualitat.
- 2.3. Hortalisses d'hivernacle i en miniatura (babys).
- 2.4. Brots i germinats.
- 2.5. La “quarta gamma”.
- 2.6. Llegums: definició, classificació. Categories comercials.

### 3. Preelaboració de vegetals (35hores).

- 3.1. Tractaments característics de les hortalisses i vegetals frescos

3.2. Neteja i altres operacions pròpies de la preelaboració: diferents talls de patata i altres hortalisses, tornejament, adornaments i altres.

3.3. Desinfecció d'hortalisses i altres vegetals que es consumeixen crus.

#### 4. Tècniques de cuina d'hortalisses (6 hores).

4.1. Rostir al forn, a la grella, a la planxa.

4.2. Fregir en oli.

4.3. Saltar en oli i en mantega.

4.4. Bullir i coure al vapor.

4.5. Bresar.

## Bones pràctiques ambientals a la restauració

### CONTINGUTS (5 HORES):

#### 1. Bones pràctiques ambientals en el sector d'Informàtica i Comunicacions (2h).

1.1. Definicions ambientals.

1.2. Recursos materials utilitzats.

1.3. Residus que es generen.

1.4. Pràctiques incorrectes.

1.4.1. Gestió dels recursos.

1.4.2. Gestió de la contaminació i els residus.

1.4.3. Gestió de l'espai ocupat.

1.5. Bones pràctiques:

1.5.1. Gestió dels recursos.

1.5.2. Gestió de la contaminació i dels residus.

1.5.3. Gestió de l'espai ocupat.

1.6. Decàleg de bones pràctiques.

1.7. Web's d'interès.