



# Corso di **Cucina Base**

**PRIMA SESSIONE  
ANNO 2018**

***Programma didattico sviluppato in dieci lezioni  
con Attestato Finale***

***Docente: Alessandro De Santis***  
([www.cucinastyle.it](http://www.cucinastyle.it))

## **Prima lezione 17 marzo 2018 ore 11**

IL "PRIMO GIORNO" DI SCUOLA..IN CUCINA!

- Tecniche di taglio, utilizzo delle attrezzature e i principali metodi di conservazione
- Le spezie, aromi e le piante aromatiche, conoscere le loro proprietà e l'uso in cucina
- Come elaborare un menù e preparazione di una ricetta

## **Seconda lezione 24 marzo 2018 ore 11**

IL "BIG BANG" DELL'APPETITO: L'ANTIPASTO

- Preparazione di tre ricette a base di carne, pesce e verdura

## **Terza lezione 7 aprile 2018 ore 11**

L'ARTE DELLA PASTA

- Preparazione delle pasta fresca all'uovo con farina di grano tenero
- Elaborazione formati pasti, ripieni, corti e lunghi; (tagliatelle, tagliolini, garganelli, ravioli e tortellini)
- I ripieni a base di carne, verdura, pesce

## **Quarta lezione 21 aprile 2018 ore 11**

I FONDI E PRIMI ALTERNATIVI

- Preparazione impasto di patate per elaborare gli gnocchi
- Elaborazione di fondi e brodi a base di verdure, carne e pesce
- Preparazione delle principali salse e condimenti

## **Quinta lezione 28 aprile 2018 ore 11**

RISO E CEREALI

- Le tipologie di riso e il suo utilizzo
- Preparazione del risotto seguendo il classico metodo di cottura
- Gli ortaggi, i cereali, i legumi ed i tuberi. I metodi di cottura, preparazione di zuppe e creme

## **Sesta lezione 5 maggio 2018 ore 11**

I "GRANDI" DELLA FATTORIA

- Le carni rosse e bianche: la carne bovina, vitello, vitellone, manzo
- I tagli principali ed il loro utilizzo, i metodi di cottura e preparazione condimenti
- Le carni bianche: selvaggina, animali da cortile e ovini
- I tagli principali ed il loro utilizzo

## **Settima lezione 12 maggio 2018 ore 11**

"SPLASH!" UN TUFFO NEL PIANETA BLU:

PESCE DI MARE E ACQUA DOLCE, MOLLUSCHI E CROSTACEI

- Come riconoscere la qualità e distinguere la freschezza
- Pulizia del pesce, sfilettatura e stoccaggio
- I metodi di cottura

## **Ottava lezione 19 maggio 2018 ore 11**

CON LE "MANI IN PASTA"

- Le farine e il loro utilizzo in cucina
- Nozioni sulla pasta madre e il processo di lievitazione
- Impasti base: pizza, pane e focacce

## **Nona lezione 26 maggio 2018 ore 11**

VIAGGIO NEL GIRONE DEI GOLOSI

- Preparazione di creme
- Gli impasti base: frolla, brisè, pan di Spagna
- L'uso del cioccolato
- Basi per biscotti
- Dolci al cucchiaio ed elaborazione torte

## **Decima lezione 9 giugno 2018 ore 11**

IL DADO E' TRATTO: TEST DI VALUTAZIONE FINALE

I nuovi cuochi affronteranno una prova finale che includerà una sessione **teorica** composta da un questionario di cinquanta domande che coinvolgeranno tutte le tematiche affrontate durante il corso, infine una sessione pratica di cucina in cui ogni cuoco presenterà una ricetta di sua scelta.