

Corso di
Cucina Base



TEATRO7 | LAB

SCUOLA DI CUCINA - EVENTI

"FOOD IMMERSION"

Programma didattico sviluppato in 5 lezioni

Prima lezione 6 ottobre 2018 ore 11

IL PRIMO GIORNO DI SCUOLA, LA CUCINA

- **I principali tagli e l'uso delle attrezzature di cucina**
- **Conservazione e uso degli alimenti**
- **Preparazione di 3 antipasti a base di carne, pesce e verdure:**
 - Tartare di manzo con emulsione di uova di quaglia a grumi
 - Marinata di orata condita con aromi di curcuma, pepe rosa, lime e erbe aromatiche
 - Brunoise di verdure con orzo perlato

Seconda lezione 13 ottobre 2018 ore 11

IL PRIMO ATTO... DI TANTI!

- **Preparazione impasto pasta fresca a base di farina e uova. Elaborazione dei seguenti formati pasta:**
 - Tagliolini, tagliatelle, garganelli e ravioli ripieni di formaggio e verdure
- **Preparazione di sughi per condire le paste preparate:**
 - Sugo semplice di pomodorini pachino, crema di Parmigiano reggiano DOP e pesto leggero al basilico
- **Il riso, tipologie e utilizzo:**
 - Preparazione risotto allo zafferano con punte di asparagi e guanciale.

Terza lezione 20 ottobre 2018 ore 11

DENTRO IL RECINTO...E OLTRE

- **I principali tagli delle carni rosse e bianche.**
- **Metodi e tecniche di cottura per conoscere i segreti per cucinare la carne.**
 - Tipologie di carni: bovino, suino e pollame
- **Preparazioni:**
 - Scaloppato di manzo, condito con spezie e erbe aromatiche
 - Arrosto di maiale, con aromi di agrumi
 - Anatra ripiena di mollica di pane integrale con uvetta e carne macinata

Quarta lezione 27 ottobre 2018 ore 11

"SPLASH!"..UN TUFFO NEL MARE: PESCE DI MARE, MOLLUSCHI E CROSTACEI

- **Come riconoscere la qualità e distinguere la freschezza del pesce.**
- **Pulizia, sfilettatura e stoccaggio.**
- **I principali metodi di cottura con condimenti freschi e sani.**
- **Preparazioni:**
 - Polpo verace, condito con spezie e aromi misti
 - Filetti di orata e spigola, cotti alla griglia con salsa di rape e zenzero
 - Vongole e fasolari in umido con sughero di pomodorini e bisquè di gamberi

Quinta lezione 3 novembre 2018 ore 11

VIAGGIO NEL GIRONE DEI GOLOSI

- **Crema pasticciera e chantilly.**
- **Preparazione: pan di Spagna, muffin, bignè, pasta frolla con rispettiva crostata.**
- **Dolci al cucchiaio, mousse al cioccolato fondente.**
- **Preparazione di una marmellata con frutti di stagione**
- **Pranzo a base di focacce e pizza gastronomica con rispettiva preparazione impasti.**