

**teatro7 | Lab**

scuola di cucina • eventi



# Corso di Cucina Base

**ANNO 2020**

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

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

## **Prima lezione**

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**

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

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

## **Terza lezione**

L'ARTE DELLA PASTA

- Preparazione della 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**

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**

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**

### 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**

### "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**

### 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**

### 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

### 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.