

## HOTR022PO COCINA VEGETARIANA



**180,00 € - 250,00 €**

Este Curso HOTR022PO COCINA VEGETARIANA le ofrece una formación especializada en la materia dentro de la Familia Profesional de Hostelería y turismo. Con este CURSO HOTR022PO COCINA VEGETARIANA el alumno será capaz de desenvolverse dentro del Sector y aplicar los fundamentos de la dieta vegetariana y sus productos, así como, elaborar los platos vegetarianos utilizando los ingredientes nutritivos apropiados.

**Categorías:** [Certificados de Profesionalidad](#), [Certificados de Profesionalidad Online](#), [Hostelería y Turismo](#)

### INFORMACIÓN

<b>Duración</b>	<a href="#">50 h</a>
<b>Modalidad</b>	<a href="#">Online</a>

<b>Docencia</b>	TUTOR PERSONAL
<b>Prácticas</b>	GESTIÓN DE PRÁCTICAS EN EMPRESAS
<b>Método de pago</b>	FINANCIACIÓN SIN INTERESES
<b>Centro de empleo</b>	AGENCIA DE COLOCACIÓN
<b>Formación acreditada</b>	CENTRO ACREDITADO POR EL SEPE
<b>Precio</b>	Particular, Empresa

## DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN: DIETA VEGETARIANA

1. Historia de la dieta vegetariana
2. Conceptos generales de la nutrición
3. Productos dietéticos, sus orígenes, su elaboración, su valor nutritivo y donde se pueden conseguir
4. Alimentos dentro del mundo vegetal que sustituyen a la carne
5. Equiparar la despensa con los productos claves para una alimentación vegetariana
6. Organización de los menús semanales

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ALIMENTOS NATURALES ALTERNATIVOS

1. El Tofu
2. El Seitan
3. El Tempeh
4. Las Algas
5. Los Germinados
6. Los Cereales: Mijo, Quinoa, Trigo Sarraceno, etc
7. Las Harinas integrales
8. Las Legumbres
9. Las Semillas
10. Levadura de Cerveza, Germen de Trigo
11. Yogurts, Kefir
12. Los Aceites biológicos de primera presión

13. Los Pickles y fermentaciones como el Chucrut
14. Los Caldos Vegetales
15. La Soja y sus derivados
16. Siropes como sustitutos del azúcar

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ELABORACIÓN DE PLATOS VEGETARIANOS**

1. Distintos tipos de ensaladas con sus aderezos: mayonesas de semillas y frutos secos
2. Verduras y frutas como guarnición
3. Cremas vegetales, potajes y sopas
4. Patés vegetales
5. Galletas de semillas y hierbas
6. Croquetas, albóndigas, hamburguesas y escalopes elaborados con cereales y legumbres
7. Pasteles salados al horno
8. Masas de hojaldre rellenas
9. Verduras fritas rellenas
10. Puddings de verduras
11. Pasteles dulces
12. Flanes de frutas y algas
13. Bombones de frutos secos
14. Postres fáciles y rápidos de 'vaso'
15. Cookies y galletas dulces
16. Frutas confitadas con cremas de frutos secos