****

**DIRECCIÓN ACADÉMICA**

**DEPARTAMENTO DE GASTRONOMÏA**

**Respeto – Responsabilidad – Resiliencia – Tolerancia**

**GUÍA N°5**

**TEMA: “FICHA TÉCNICA “**

**MÓDULO: Planificación de la Producción Gastronómica**

**Nombre: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Curso 3º\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_/\_\_\_\_/2020**

**Aprendizaje esperado: Planifica la producción de acuerdo a la ficha técnica, considerando**

**los estándares de calidad y realizando las tareas de forma prolija.**

**INSTRUCCIONES**

**LEA la guía enviada, Imprima la guía (o de lo contrario cópiela en su cuaderno) y péguela en el cuaderno de PLANIFICACIÓN, realice la actividad entregada al final de la guía. EN CASO DE DUDAS ENVIARLAS AL CORREO gastronomíacestarosa@gmail.com**

FICHA TÉCNICA

La **ficha Técnica** es un documento que recoge toda la información necesaria para desarrollar una receta, donde se indican cantidades, productos, procedimientos de elaboración, etc.

Si bien se emplean términos técnicos, no deja de ser una herramienta sencilla para estar al tanto de los procesos de cada elaboración, que constituye nuestra oferta gastronómica. Es un documento sumamente importante en cocina, puesto que cualquiera que tome esta ficha técnica podría elaborar el plato bajo un estándar establecido.

**¿Cuál es la diferencia entre una receta y una ficha técnica?**

En la receta normalmente, solo se indican productos, cantidades y procesos de elaboración, en algunos casos se incluye mucha más información pero no es lo habitual.

En la ficha técnica como su propio nombre lo indica, se incluyen términos más técnicos como por ejemplo:

**- Tipo de corte aplicado**

**- Sistema de cocción utilizado**

**- Técnicas aplicadas**

**- Temperaturas en función de los alimentos**

**- Operaciones preliminares de limpieza (seco y agua)**

**- Utensilios y maquinarias utilizadas durante la elaboración del producto**

**- Número de comensales o raciones obtenidas de las cantidades utilizadas**

**- Control sanitario**

**- Recomendaciones nutritivas o productos de intercambio en caso de intolerancias o alergias**

En una ficha técnica se recogerá toda la información necesaria para estandarizar los procesos a realizar, para desarrollar con éxito las elaboraciones que se realizan en un establecimiento.

|  |  |
| --- | --- |
| FICHA TÉCNICA | |
| Ingredientes  Cantidad Unidad Producto  Kg  gr  lt  ml | Número Pax | |
| Método de Elaboración | | |
| Explicación paso a paso.  - Indicar tipo de corte, método de cocción a utilizar y la temperatura de cocinado  - Operaciones preliminares de limpieza (seco y agua)  - Utensilios y maquinarias utilizados en la preparación  - Técnicas aplicadas  - En caso de diferentes elaboraciones, se deben detallar cada uno por separado | | |
| Montaje del plato | | |
| Montajes:  - Tradicional  - No tradicional (estructurado, disperso) | | |
| Comentarios Nutricionales | | |
| Advertir alérgenos, incluir opciones de productos de intercambio en la elaboración | | |
| Criterios de Control Sanitario | | |
| Alertar sobre temperaturas de cocinado, congelación, regeneración, tiempo de conservación, etiquetado, muestras para control sanitario, etc.  Advertir de posibles riesgos en la manipulación para garantizar la calidad de la elaboración y satisfacción del cliente. | | |
| Imagen presentación final del Plato | | |

Ejemplo de **Ficha Técnica**

|  |  |
| --- | --- |
| Receta | Arepas |

PAX 36

|  |
| --- |
| INGREDIENTES |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| CANTIDAD | ALIMENTOS | TÉCNICAS APLICADAS | UTENSILIOS | MAQUINARIAS |
|  |  | Cernir | Cernidor | Cocina |
| 1.500 cc | Agua | Ovillar | Sartenes |  |
| 1.100 cc | Leche | Cortar | Boll |  |
| 4 ½ cucharadas | Sal |  | Olla |  |
| 4 ½ cucharadas | Mantequilla |  | Cuchillo medio golpe |  |
| 1.8 kg. | Harina de maíz | Salpimentar | Cuchillo puntilla |  |
| 600 gr. | Carne | Cocer | Cuchara de palo |  |
| 600 gr. | Queso | Lavar | Wok |  |
| 3 und. | Palta | Pelar |  |  |
| 12 und. | Huevo |  |  |  |
| 6 und. | Tomates |  |  |  |
|  |  | CORTES |  |  |
|  |  | Emince (carne) |  |  |
|  |  | Parmentier (pollo) |  |  |
|  |  | Parmentier (palta) |  |  |
|  |  | Fósforo (queso) |  |  |
|  |  | Brunoise (tomate) |  |  |
|  |  | COCCIONES |  |  |
|  |  | Hervir (pollo) |  |  |
|  |  | Saltear (carne) |  |  |
|  |  | Sofreír (huevo) |  |  |

PREPARACIÓN

1. Realizar la mise en place, pesar los ingredientes.

**Para la masa**

2. Realizar una corona fontana con la harina de maíz cernida y agregar en el centro el resto de los

ingredientes. Formar una masa que no se `pegue en las manos.

3. Dejar reposar unos 10 minutos, y se obtendrá como 1 kg de masa.

4. Dividir en porciones de 100 gr de masa, ovillar y formar las arepas, dejar reposar unos 15 minutos en

ambiente tibio.

5. En una sartén untar con un poco de aceite y cocinar las arepas por 5 a 6 minutos por lado hasta que

forme una costra. Una vez cocidas abrirlas y rellenarlas.

**Relleno 1**

a.- Cortar la carne en Emince, saltear y salpimentar

b.- Cortar en queso en fósforo

c.- Rellenar las arepas

**Relleno 2**

a.- Cocer la pechuga de pollo en agua con sal

b.- Cortar la pechuga en Parmentier

c.- Lavar, pelar y cortar la palta en Parmentier

d.- Juntar la palta con la pechuga de pollo, salpimentar

e.- Rellenar las arepas

**Relleno 3**

a.- Lavar los huevos

b.- Batir los huevos

c.- Lavar y cortar el tomate en brunoise y reservar

d.- Poner en una sartén un poco de aceite y llevarlo a fuego lento, agregar el tomate, cocer un poco y

añadir los huevos batidos, salpimentar y revolver hasta que estén cocido los huevos

e.- Rellenar las arepas .



**Actividad**

De la siguiente receta, realice la **ficha técnica, dibújela en el cuaderno de Planificación,**  correspondiente.

PAELLA PAX 6

Ingredientes

- 400 gr arroz

- ½ unidad pechuga de pollo

- 50 gr colitas de camarón

- ½ Kg. de choritos

- ½ Kg. de almejas

- 50 gr surtido de mariscos

- ½ unidad de cebolla

- ½ unidad pimentón verde

- 1 unidad diente de ajo

- 300 gr lomo de cerdo

- 100 cc de vino blanco

- 100 gr de arvejas congeladas

- Hilos de azafrán

- A gusto sal, pimienta, aceite y curry

Preparación

Lavar el cerdo y el pollo, cortar en parmentier.

Lavar vaciar y cortar el pimentón en juliana

Pelar y lavar la cebolla, cortar en aros

Picar el ajo finamente

En una paellera colocar el aceite y sofreír la cebolla, el pimentón y el ajo, agregar el pollo y el cerdo (sellar).

Agregar el arroz, marcar e incorporar tres tazas de agua hirviendo junto con el azafrán previamente disuelto.

Agregar el curry y el surtido de mariscos, salpimentar.

Añadir los mariscos previamente lavados y escobillado.

Rociar con el vino y cocer por 20 minutos.

Cinco minutos antes de terminar agregar los camarones y las arvejas previamente blanqueadas.