

# CURSO COCINA VEGETARIANA EN RESTAURACIÓN

Curso Gratuito  
Teleformación  
Hostelería

"Podemos juzgar el corazón de un hombre según como trata a los animales" Kant

## ¿QUÉ APRENDO?

El alumnado al finalizar el curso de **Cocina Vegetariana en Restauración**, será capaz de:

- Diseñar y confeccionar menús y otras ofertas gastronómicas propias de la cocina vegetariana y nutricionalmente equilibrados.

## ¿A QUIÉN VA DIRIGIDO? REQUISITOS

- Trabajadores/as ocupados/as del sector de la hostelería.
- Autónomos/as del sector de la hostelería
- Trabajadores/as desempleados/as inscritos/as como demandantes de empleo.

## ¿CÓMO SE ORGANIZA?

- Modalidad: Teleformación
- Duración del curso: 50 horas

## LOS DOCENTES

contarás con un equipo multidisciplinar en activo y con experiencia docente en el sector.

## CERTIFICADO POR:



FORMANDO CON  
CONCIENCIA  
DESDE 1998

# CURSO COCINA VEGETARIANA EN RESTAURACIÓN

Para  
trabajadores/as  
del sector  
Hostelería,  
Autónomos/as

## CONTENIDO

### MÓDULO 1. COCINA VEGETARIANA EN RESTAURACIÓN.

Conocimientos / Capacidades cognitivas y prácticas

- Caracterización de la cocina vegetariana.
  - Conceptos básicos.
  - Orígenes y evolución de la cocina vegetariana.
  - Cocina vegetariana en Europa.
  - Tipos de cocina vegetariana.
- Conocimiento de las propiedades nutricionales de los alimentos para lograr menús equilibrados.
  - Definición de hortalizas, verduras y legumbres: conceptos. Clasificación según su especie y variedad.
  - Propiedades nutritivas. Factores organolépticos que determinan su calidad. Estacionalidad.
  - Cultivos en invernaderos y cultivos ecológicos. Las hortalizas en miniatura (babys). Brotes o germinados.
  - Presentación comercial según su tratamiento (liofilizadas, congeladas, conservadas al natural, etc.) La cuarta gama.
  - Identificación de los cereales: mijo, quinoa.
  - Descripción de las legumbres.
  - Descripción de las semillas.
  - Otros alimentos naturales y su tratamiento en el restaurante: tofu, algas, soja, seitán, el temphe, yogurts, kéfir...etc.

- Utilización de técnicas de cocción y conservación.
  - Técnicas de cocción.
  - Técnicas de conservación.
- Elaboración de platos vegetarianos, diseño de menús y otras ofertas gastronómicas.
  - Ensaladas y aderezos.
  - Sopas y cremas frías en el restaurante.
  - Verduras y frutas como guarnición.
  - Terrinas, puddings y patés vegetales.
  - Croquetas, albóndigas, hamburguesas y escalopes con cereales y legumbres.
  - Pasteles salados al horno.
  - Masas de hojaldre rellenas.
  - Postres: pasteles, flanes, galletas, bombones, etc.

# CURSO COCINA VEGETARIANA EN RESTAURACIÓN

Se permiten plazas  
para trabajadores/as  
desempleados/as

## CARACTERÍSTICAS DEL CURSO

- TELEFORMACION 100%
- TOTALMENTE GRATUITO
- DIPLOMA CON EL RECONOCIMIENTO DEL SEPE



## COMPROMISO

Con **nuestros alumnos**. Con la formación integral en contenidos, habilidades y destrezas.

Con la **sociedad**: Colaboramos con ONG;S de la isla

Con la **creación de empleo local** y la **igualdad de oportunidades**

Con el **medio ambiente**

Con la **calidad**



# CURSO COCINA VEGETARIANA EN RESTAURACIÓN

Para  
trabajadores/as del  
sector Hostelería,  
Autónomos/as

## AL TERMINAR AMPLIA CONOCIMIENTOS CON



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE TRABAJO  
Y ECONOMÍA SOCIAL



Plan de Recuperación,  
Transformación  
y Resiliencia



SEPE



### Cursos Gratuitos

Para ocupados/as y autónomos/as del sector de Hostelería

- ✓ Cocina Vegetariana
- ✓ Cocina Vegetal Especial con Intolerancia
  - ✓ Cocina Básica
  - ✓ Cocina Creativa
  - ✓ Cocina Italiana
- ✓ Cocina para Celiacos
- ✓ Innovación en la Cocina
- ✓ Corte y Cata de Jamón
- ✓ Evolución de las Tecnologías y Técnicas Culinarias
- ✓ Manipulador de Alimentos y Seguridad Alimentaria
- ✓ Elaboración de Helados y Sorbetes

- ✓ Ecoturismo
- ✓ Elaboración de Cafés y Cartas de Café
- ✓ Confianza y Seguridad en los Establecimientos de Restauración
- ✓ Organización de Caterings y Eventos
- ✓ Gestión en Restauración y Diseño en Proceso de Servicio
- ✓ Comercialización de Productos Turísticos
- ✓ Animación Turística
- ✓ Inglés
- ✓ Inglés Profesional para el Turismo



**622 908 964**

**[www.cursostenerife.es](http://www.cursostenerife.es) / [cep.ocupados@gmail.com](mailto:cep.ocupados@gmail.com)**