

# Descripción Técnica

COCINA

#34



1

## Habilidad #34 Cocina

2

## Estándar Ocupacional WSI:

<https://api.worldskills.org/resources/download/12363/14936/15864?l=en>

3

## N° de competidores por equipo : 1

4

## Descripción general

**La cocina abarca una amplia gama de habilidades, desde la creación de menús y la preparación de platos para restaurantes con estrellas Michelin, hasta comedores y cafeterías en el lugar de trabajo.**

Preparar comidas deliciosas puede ser la parte más obvia del trabajo de un chef profesional, pero el trabajo requiere mucho más.

Los chefs tienen que preparar presupuestos, calcular los márgenes de beneficio, controlar y pedir existencias, y mantenerse al tanto de las últimas tendencias alimentarias, como la cocina orgánica y vegetariana y los regímenes de alimentación saludable.

Comunicarse bien con un equipo también es parte del ambiente de alta presión en una cocina exitosa, mientras que una buena higiene es esencial para la salud y seguridad de los clientes y compañeros de trabajo.

## 5 Descripción técnica

El chef profesional puede trabajar en una amplia gama de establecimientos, incluidos restaurantes informales y de clase alta, hoteles, catering de bienestar como hospitales y residencias, parques temáticos, líneas aéreas, barcos, clubes, retail HMR y Food To-Go, establecimientos de comida rápida y comedores industriales; brindando servicios de catering tanto a los huéspedes como al personal.

La gama de habilidades y expectativas del cliente variará según el lugar de trabajo. También hay una directa relación entre la naturaleza y calidad del servicio prestado y el pago realizado por el cliente.

El chef profesional también puede ofrecer diferentes estilos de comidas, como cenas elegantes, banquetes, cenas informales, cócteles, cantinas y comida para llevar, así como diferentes estilos de servicio de comidas, que incluyen emplatados, servicio a la carta y menú, autoservicio de buffet, servicio de plata, servicio de barra de comedor y servicio de desayuno. Como además de la habilidad de cocinar, el papel de un chef también requerirá más habilidades relacionadas con la cocina en un entorno comercial y, por lo tanto, debe trabajar hacia un presupuesto o margen de beneficio esperado. Estas habilidades incluyen compilación de menús, costo de alimentos, compra, almacenamiento, utilización de productos alimenticios y minimización de desperdicios, así como el control, la organización del trabajo/tiempo, la planificación y la comunicación necesaria en la gestión de una cocina.

Se espera que cree y adapte platos que satisfagan las expectativas de clientes exigentes con diferentes valores nutricionales, requisitos dietéticos, religiosos. Las modas y tendencias en la cocina también fluctúan, por lo que es importante que la chef profesional se mantenga al tanto de estas tendencias y adapte su producto y servicio.

El mantenimiento estricto del más alto nivel de higiene y seguridad personal y alimentaria es primordial en todo momento.

El incumplimiento de este requisito puede tener un impacto devastador en la salud y el bienestar de un comensal, y puede causar un daño irreparable a la reputación y el negocio del restaurante.

Las cocinas comerciales están equipadas con equipos especializados complejos que deben usarse con cuidado para evitar accidente y lesión. Las cocinas son lugares potencialmente peligrosos para trabajar. El personal trabaja bajo intensa presión, a menudo en un espacio confinado, trabajando con alimentos calientes y herramientas y equipos peligrosos.

## 6 Resumen proyecto prueba

El Proyecto de Prueba cubrirá todas las características del rol: tanto las funciones específicas como la ejecución general del rol.

### 6.1 Organización y gestión del trabajo.

#### El competidor necesita saber y comprender:

Todas las normas comerciales internas

- La organización y estructura de la industria de servicios de hostelería y restauración.
- La importancia del trabajo en equipo eficaz
- El uso y cuidado de las herramientas especiales utilizadas en la gastronomía.
- El papel del chef profesional en la elaboración de menús y platos en un entorno empresarial
- La importancia del desarrollo profesional continuo para mantener el conocimiento de las tendencias y modas actuales dentro de las artes culinarias.
- Cómo planificar un menú bien balanceado para una variedad de ocasiones y situaciones y dentro de las restricciones y presupuestos establecidos

#### El competidor deberá ser capaz de:

- Mantener los estándares de calidad a lo largo de la producción, incluso bajo presión
- Preparar planes de trabajo para platos individuales y programar horarios para la preparación de un menú. Planificar el trabajo diario para uno mismo y para los demás.
- Coordinar todas las tareas preparatorias (mise-en place) antes del servicio
- Priorizar el trabajo para diferenciar los temas importantes de los menos importantes
- Optimizar el flujo de trabajo
- Funcionar de manera efectiva en todas las áreas de la cocina
- Dar cuenta del tiempo y los recursos de personal
- Detectar conflictos, abordarlos y encontrar soluciones con el equipo
- Aplicar prácticas de ahorro de energía ambientalmente sostenibles al usar equipo de cocina
- Operar todo el equipo y la tecnología de la cocina comercial de manera adecuada y sin peligro

## 6 Resumen proyecto prueba

- Aplicar los requisitos legales para la descripción y venta de los elementos del menú
  - Ser receptivo y flexible ante situaciones imprevistas
  - Adaptar los métodos de trabajo a las situaciones dadas y ser un miembro eficaz del equipo
  - Hacer sugerencias para la mejora de los procedimientos operativos
  - Crear y adaptar recetas con ideas propias y desarrollarlas más
  - Demostrar una sensación y comprensión de los ingredientes y ser capaz de crear platos sin recetas
  - Tratar todos los bienes con respeto y aplicar el ingenio económico sostenible
  - Juzgar la capacidad de desempeño personal y evitar el estrés innecesario
  - Establecer objetivos de forma independiente y alcanzarlos
- Asumir la responsabilidad personal de su propio desarrollo profesional continuo.

### 6.2 Atención al cliente y comunicaciones.

#### El competidor necesita saber y comprender:

- Las características de los diferentes tipos y estilos de servicio de comidas y cuándo se usaría cada uno apropiadamente
- El impacto en la producción de alimentos de los diversos tipos de servicio de alimentos
- La importancia del menú como herramienta de venta y comunicación
- Requisitos y restricciones legales sobre materiales promocionales y presentación del menú
- La importancia de la apariencia a la vista del público y en el trato con los clientes
- La importancia de una comunicación efectiva dentro del equipo, con clientes y contratistas

#### El competidor deberá ser capaz de:

Preste atención a su propia limpieza, higiene personal y apariencia profesional (incluido el código de vestimenta) en todo momento

- Preste atención a la limpieza y apariencia del área de trabajo en todo momento
- Comunicarse efectivamente con colegas, equipos y clientes
- Hacer uso de un menú como herramienta de venta y comunicación

## 6 Resumen proyecto prueba

- Verifique que los platos producidos coincidan con la descripción del menú
- Aplicar estilos de servicio de alimentos apropiados a la situación y la clientela
- Poner el servicio al cliente en el centro de la toma de decisiones y actividades
- Brindar asesoramiento y orientación sobre asuntos culinarios a la gerencia, colegas y clientes.
- Proponer soluciones y discutir con actitud orientada a objetivos, llegando a soluciones acordadas
- Planificar e implementar promociones de comidas
- Planificar e implementar tiempos para la prestación de servicios

### 6.3 Higiene de los alimentos y salud, seguridad y medio ambiente.

#### El competidor necesita saber y comprender:

- Legislación y buenas prácticas relativas a la compra, almacenamiento, preparación, cocción y servicio de alimentos
- Legislación y buenas prácticas para prácticas de trabajo seguras en una cocina y para el uso de equipos comerciales de catering
- Las causas del deterioro de los alimentos
- Indicadores de calidad para alimentos frescos y en conserva

#### El competidor deberá ser capaz de:

- Trabajar de manera higiénica y practicar procedimientos de degustación de alimentos higiénicos
- Mantener la estación de trabajo, el almacenamiento y las áreas de desechos limpias, ordenadas y ordenadas
- Practique la seguridad alimentaria durante el almacenamiento, la preparación, la cocción y el servicio (se aplican los principios HACCP)
- Evite la contaminación cruzada, la contaminación por goteo del refrigerador y el abuso de tiempo y temperatura
- Guarde todos los alimentos contenidos, cubiertos, etiquetados y fechados
- Almacenar todos los productos, herramientas y equipos no alimentarios de forma segura e higiénica
- Asegúrese de que todos los equipos y áreas de trabajo se limpien con los más altos estándares

## 6 Resumen proyecto prueba

- Trabajar con seguridad y respetar las normas de prevención de accidentes
- Use todas las herramientas y equipos de manera segura y de acuerdo con las instrucciones del fabricante.
- Promover la salud, la seguridad y la higiene del medio ambiente y los alimentos en el entorno de trabajo

### 6.4 Ingredientes y desarrollo del menú..

#### **El competidor necesita saber y comprender:**

- Precios de mercado de los ingredientes y la correlación entre precio y calidad.
- La naturaleza y los tipos de ingredientes utilizados en la cocina.
- Disponibilidad y valor estacional del producto
- La correlación entre la calidad del producto, la sofisticación del menú y el nivel gastronómico
- Las propiedades nutricionales de los ingredientes
- El impacto nutricional físico de los métodos de cocción
- Regulaciones y restricciones de importación que se aplican a algunos ingredientes
- Tipos y estilos de menú
- Saldo en la compilación del menú
- Cuestiones relacionadas con la sostenibilidad y la ética al obtener ingredientes
- El impacto de la cultura, la religión, las alergias, las intolerancias y la tradición en la dieta y la cocina

#### **El competidor deberá ser capaz de:**

Asesorar en la adquisición de ingredientes y equipos.

- Seleccionar estándares de calidad de producto apropiados para menús, presupuestos y situaciones
- Reconocer y cumplir con el etiquetado de ingredientes
- Aplicar principios nutricionales para cumplir con las expectativas y requerimientos de los huéspedes
- Identificar el estado de calidad de los ingredientes y reconocer los signos de calidad y frescura, p. apariencia, aroma, estructura, etc.
- Evaluar y rechazar productos de calidad inferior

## 6 Resumen proyecto prueba

- Seleccionar productos apropiados para comidas especiales
- Componer menús para una variedad de situaciones y ocasiones
- Sea preciso en la preparación del menú y tenga en cuenta las declaraciones obligatorias, como la información dietética y de alergias.
- Compilar menús para una variedad de ocasiones y entornos

### 6.5 Preparación de ingredientes

#### El competidor necesita saber y comprender:

La importancia de utilizar alimentos ambientalmente sostenibles y de origen local carne, aves, caza, vísceras, mariscos, huevos, productos lácteos, frutas y verduras actualmente en temporada.

- La importancia de ordenar y preparar solo lo necesario para producir salida suficiente para un menú
- La estructura de una canal y aves de corral enteras o de caza
- Métodos de despiece y preparación de la carne para cocinarla con un mínimo pérdida
- La gama de carnes, caza y aves y sus mejores usos
- Cortes de carne, aves y caza de uso común en la cocina y la reutilización de desperdicios y recortes
- La gama de despojos y sus usos adecuados
- La variedad de pescados y mariscos disponibles y sus usos adecuados
- Cortes de pescado utilizados en la cocina, y la reutilización de desperdicios y recortes
- Métodos de preparación de pescados y mariscos para cocinar
- Métodos de preparación y uso de huevos
- La gama de productos lácteos disponibles y sus usos y reutilizaciones adecuados
- La gama de frutas, ingredientes para ensaladas y verduras disponibles, sus métodos de preparación y la reutilización de desperdicios y recortes.
- Cortes vegetales aceptados y sus usos
- Los métodos para hacer caldos, sopas y salsas y sus usos
- Los métodos de elaboración de pasteles, productos de panadería y postres.
- Los métodos de elaboración de pastas y otros productos farináceos
- Los equipos y herramientas utilizados en carnicería, pescadería y preparación de ingredientes.
- El uso y cuidado seguro de herramientas, especialmente cuchillos
- La separación de residuos para su reciclaje y compostaje

## 6 Resumen proyecto prueba

### El competidor deberá ser capaz de:

- Tomar decisiones ambientalmente sostenibles y usar carne, aves, caza, vísceras, mariscos, huevos, productos lácteos, frutas y verduras de origen local que estén actualmente en temporada.
- Ordene y prepare solo lo que se necesita para producir suficiente salida para un menú
- Calcular, medir y pesar cantidades correctas de productos
- Aplicar excelentes habilidades con el cuchillo y técnicas de corte comunes
- Deshuese los cortes de carne, aves y caza y prepárelos para su posterior procesamiento, y reutilice los desperdicios y recortes.
- Cortar y atar carnes, aves y caza
- Preparar, porcionar y filetear carnes, aves y cortes de caza
- Preparar despojos
- Prepare el pescado entero para su posterior procesamiento: escale, retire las entrañas, filetee y reutilice los desperdicios y recortes.
- Preparar porciones aceptadas de pescado para su posterior procesamiento y cocción
- Preparar mariscos
- Preparar y usar huevos
- Preparar y usar productos lácteos
- Preparar frutas, ingredientes para ensaladas y verduras
- Prepare caldos, sopas, salsas, adobos, acompañamientos y aderezos
- Planificar y montar la mise en place para el menú en su totalidad con un desperdicio mínimo
- Reutilizar y utilizar desperdicios, recortes y mise en place no utilizados para otras aplicaciones
- Realizar preparaciones para la elaboración de productos de pastelería, panadería y postres
- Producir una variedad de pastas y otros productos farináceos
- Separar los residuos para su reciclaje y compostaje.

## 6 Resumen proyecto prueba

### 6.6 Producción de alimentos y aplicación de métodos de cocción.

#### El competidor necesita saber y comprender:

- La variedad de métodos de cocción húmedos, secos y no térmicos disponibles y sus usos apropiados para diversos ingredientes y menús.
- Los efectos de la cocción en los ingredientes
- El montaje de platos para presentación de alimentos fríos y postres fríos
- Tipos de salsas picantes y frías utilizadas en la cocina profesional y la metodología para la elaboración de salsas
- Tipos de sopas frías y calientes utilizadas en la cocina profesional y la metodología para hacer sopas
- Guarniciones clásicas y extensiones a platos básicos

#### El competidor deberá ser capaz de:

Seleccione el equipo de cocina apropiado para cada método de cocción

- Aplicar métodos de cocción correctos para cada ingrediente y plato
- Aplicar una gama completa de métodos de cocción, maximizando la frescura y el valor nutricional del ingrediente
- Controle los tiempos y temperaturas de cocción para no secar, cocinar demasiado o quemar nada
- Combine y aplique varios métodos de cocción simultáneamente
- Tenga en cuenta la contracción durante la cocción
- Siga las recetas, adaptándolas según sea necesario, y calcule los ingredientes en función de las coberturas requeridas
- Combine ingredientes y ensamble platos para lograr el resultado requerido para la presentación de alimentos fríos y postres fríos
- Producir una amplia gama de platos que incluyen:
  - Sopas y salsas (ya sean calientes y/o frías);
  - Entrantes (ya sean calientes y/o fríos);
  - Ensaladas y entremeses;
  - Platos de pescado y marisco;
  - Platos de carne, aves, caza y vísceras;
  - Platos de verduras y vegetarianos;
  - Platos especiales e internacionales;
  - Arroces, pastas y platos farináceos;
  - Platos de huevos

## 6 Resumen proyecto prueba

- Pastelería, productos de panadería, dulces y postres
- Preparar y cocinar platos complejos combinando ingredientes para producir platos interesantes e innovadores con varios sabores y texturas (incluyendo caliente, frío, crujiente, suave, húmedo, seco)
- Preparar y cocinar varios ingredientes hasta el punto de cocción requerido
- Preparar platos regionales, nacionales e internacionales usando recetas.
- Preparar y cocinar platos para una variedad de comidas que incluyen desayuno, almuerzo, merienda, merienda y cena
- Aplicar tecnologías y metodologías modernas en la producción de alimentos

### 6.7 Presentación de platos.

#### El competidor necesita saber y comprender:

- La importancia de la presentación de los alimentos como parte de la experiencia de comer
- La gama de fuentes de servicio, platos y otros equipos de presentación disponibles
- Tendencias en la presentación de alimentos
- Estilos de servicio de comidas y su impacto en la presentación de platos
- Guarniciones y acompañamientos aceptables para platos tradicionales
- La importancia del emplatado limpio, el corte limpio y la precisión de las habilidades técnicas en la presentación visual con equilibrio de color y armonía de ingredientes.
- La importancia de la reproducción de platos y el control de porciones en restaurantes comerciales y operaciones de catering
- La importancia del equilibrio nutricional y maximizar la frescura y el valor nutricional del ingrediente

#### El competidor deberá ser capaz de:

- Porcionar los componentes en el rendimiento requerido y replicar porciones, ingredientes y guarniciones en todos los platos
- Producir armonía de ingredientes, colores, métodos de preparación y técnicas de emplatado
- Mostrar técnicas complejas y habilidades técnicas en la presentación del plato
- Presente platos fríos y ensaladas variadas
- Presente alimentos para buffets fríos y calientes y entornos de autoservicio
- Preparar guarniciones comestibles aceptables y utilizarlas para la presentación eficaz de platos

## 6 Resumen proyecto prueba

- Ajuste los estilos de preparación y enchapado a los métodos de servicio
- Pruebe platos y aplique condimentos, hierbas y especias para lograr un sabor y aroma equilibrados
- Presentar la comida de forma atractiva para mejorar la experiencia de la comida y la apreciación de la comida por parte del cliente
- Presente la comida usando equipo de servicio como platos planos, soperas, platos, etc.
- Presentar platos emplatados en platos o platos de servicio apropiados para proporcionar una apariencia atractiva y agradable

### 6.8 Compra, almacenamiento, costeo y control de alimentos.

#### El competidor necesita saber y comprender:

Disponibilidad estacional y variaciones de precios de los ingredientes.

- El proceso de mercado de las mercancías comunes
- La gama y ventajas de los proveedores locales, nacionales e internacionales
- Condiciones comunes de pago y envío
- El proceso para pedir productos básicos y equipos
- Los factores que influyen en el precio del menú
- Los métodos para calcular el precio de venta con base en el costo de los ingredientes
- La importancia de la economía y la eficiencia a la hora de preparar los alimentos
- La importancia de la sostenibilidad, el impacto ambiental y la huella de carbono que generan sus elecciones.
- Soluciones de producto como programas de recetas, menús, sistemas de mercancías, sistemas de banquetes, etc.
- Las soluciones de almacenamiento de alimentos disponibles

#### El competidor deberá ser capaz de:

Seleccionar proveedores en función de la calidad, el servicio, la variedad y el precio

- Preparar pedidos diarios
- Seleccionar/pedir con precisión los alimentos y artículos consumibles requeridos para satisfacer las necesidades del negocio
- Asegurar los mejores precios, servicio y calidad de los proveedores

## 6 Resumen proyecto prueba

- Completar pedidos de compra y enviar pedidos de compra en línea a tiempo
- Recibir los bienes y asegurarse de que la cantidad de entrega sea correcta y que los bienes sean correctos y de calidad aceptable.
- Verifique la documentación de entrega con la documentación del pedido para ver si hay variaciones.
- Almacene correctamente todos los alimentos frescos, congelados, refrigerados y a temperatura ambiente, asegurándose de que se mantengan las temperaturas y condiciones de almacenamiento adecuadas, y que todos los productos estén adecuadamente cubiertos, etiquetados y fechados.
- Cuenta de pérdidas de almacenamiento
- Estimar el costo de almacenamiento
- Alinear las órdenes de compra con la capacidad de almacenamiento
- Complete los registros de pedidos, control y existencias manualmente o mediante el uso de TI
- Calcule los costos de materiales y los precios de venta para alcanzar la ganancia de cocina requerida
- Supervisar y adaptar la producción de alimentos y el control de porciones para mantener los márgenes de beneficio requeridos
- Controle el desperdicio al estimar correctamente las cantidades de preparación requeridas y al no pedir en exceso

# Las habilidades cambian vidas

Necesitamos jóvenes capacitados, que ayuden a resolver las necesidades de las personas y el desafío de nuestro planeta, utilizando sus habilidades para ayudar a restaurar las economías; industrias de transformación; abordar el colapso climático; aliviar la pobreza; y crear equidad.

