



TÍTULO: Cocina Nacional, Internacional y Creativa

DURACIÓN: 30 H

■ OBJETIVOS

- Investigar las diferentes gastronomías del territorio español, así como su historia y evolución.
- Conocer las distintas culturas gastronómicas internacionales como Francia, Italia, China, Japón o México.
- Analizar los grupos de alimentos que componen la dieta de nuestro país y la importancia de un consumo adecuado regido por la Pirámide Nutricional.
- Valorar la importancia de la Cocina de Autor, Fusión y Molecular así como las técnicas que se utilizan para la elaboración de platos.
- Descubrir los diferentes manjares que ofrecen las diferentes cocinas.

■ OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Descubrir el origen de los alimentos e ingredientes utilizados en las cocinas más influyentes del mundo.
- Analizar la Pirámide Nutricional.
- Conocer las diferentes estrategias empleadas en la Nueva Cocina.
- Analizar la técnica que aplica cada chef español en su cocina y la repercusión de ésta en la gastronomía.
- Descubrir los diferentes sabores que ofrece la cocina española.
- Conocer diferentes recetas de las cocinas más importantes del mundo

■ CONTENIDOS

- **Capítulo 1. Recorrido gastronómico**
 - Historia.
 - Gastronomía de Hispania.
 - El medievo.
 - El "Nuevo Mundo".
 - La nueva cocina española.
 - Actualidad
- **Capítulo 2. Alimentos**
 - Grupos de alimentos.
 - La Pirámide de los alimentos.
 - El mediterráneo y su influencia en una dieta.



- **Capítulo 3. La cocina nacional por comunidad autónoma**
 - Castilla y León.
 - Andalucía.
 - Castilla - La Mancha.
 - Aragón.
 - Extremadura.
 - Galicia.
 - Comunidad Valenciana.
 - Murcia.
 - Asturias.
 - Navarra.
 - Madrid.
 - Canarias.
 - País Vasco.
 - Cantabria.
 - La Rioja.
 - Baleares.
- **Capítulo 4. Las cocinas más famosas a nivel internacional**
 - Francia.
 - Italia.
 - China.
 - Japón.
 - México.
- **Capítulo 5. Creatividad en la cocina**
 - Aspectos importantes.
 - Una nueva concepción de cocina.
 - Cocina de autor.
 - Nuevas técnicas.
 - La preparación.
 - La nueva cocina en España.
 - Ferran Adrià.
 - Juan María Arzak.
 - Martín Berasategui.
 - Sergi Arola.
 - Karlos Arguiñano.
- **Recetario**
 - Cocina española.
 - Cocina francesa.
 - Cocina italiana.
 - Cocina china.
 - Cocina japonesa.
 - Cocina mexicana.
 - Cocina creativa.
 - Recetas variadas.