

Talleres de cocina para jóvenes de secundaria

CURSO ESCOLAR 2019-2020



MERCADO DE LA BOQUERIA DE BARCELONA

Talleres para iniciarse a cocinar. Autonomía en su alimentación

El Mercado de la Boqueria propone Talleres de Cocina para iniciar a jóvenes a cocinar, donde pueden descubrir, observar y experimentar con todo lo que comemos.

Queremos transmitir la cultura del comer y dar herramientas para que empiecen a independizarse, haciendo ellos mismos su comida.

Los predisponemos a tener criterio, curiosidad, interés, consciencia de los alimentos y sobre todo el conocimiento de nuestra cultura gastronómica.

“Si ahora tienen curiosidad y interés, mañana sabrán alimentarse con criterio”

Los jóvenes desarrollan el criterio de la calidad. En la cocina elaboran una receta, haciendo especial atención a la seguridad.

Los iniciamos a los fogones, los puntos de cocción, y ampliamos el abanico de alimentos posibles a manipular y comer.

Y sobre todo lo hacemos interesante explicando historias de la procedencia de los alimentos. Como son, sus variedades y estacionalidad.

Realizaremos catas en crudo y cocinado, observaremos como cambia de color, de textura, de olor y sabor cuando cocinamos los alimentos.

A cada taller los jóvenes realizan todos los pasos, preparación, cocinan y terminan comiendo lo que han cocinado.

JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS CULTURALES

- Preservación y difusión de nuestro patrimonio gastronómico
- Conocimiento de los productos de nuestra alimentación
- Práctica del uso de los cinco sentidos; elaboración de recetas y la combinación del sabor, el olor, el color y sus texturas
- Escoger, manipular y la preparación de los alimentos, es un importante proceso de aprendizaje, que permite que los jóvenes vayan adquiriendo hábitos saludables, a su vez mas autonomía en la gestión de su alimentación



ESCOGER UN MIÉRCOLES Y UN TEMA

- **LA FRUTA:** La sucesión de las estaciones: los sabores, la textura, el olor. Cocinaremos postres de fruta según la época del año
- **LOS VEGETALES:** Los haremos comestibles. La sucesión de las estaciones. Vegetales rellenos o escalivada con arenque
- **EL PESCADO:** La anatomía de un pez: limpiaremos y desespinares la sardina. Las cocinaremos rebozadas y al horno
- **LA CARNE:** Trabajaremos su anatomía. Cocinaremos pollo al ajillo y con berenjenas rebozadas
- **LA PASTA:** Haremos pasta. Raviolis de calabaza o Pasta fresca con dos salsas
- **LOS HUEVOS:** Huevos de diferentes aves, su calidad y color. Cocinaremos un pastel de tortillas
- **LAS DIFERENTES CULTURAS:** Culturas y sabores diferentes del Mediterráneo. Cocinaremos con los mismos ingredientes al estilo de diferentes países. Los garbanzos: salteados con verduras, humus y con falso bacalao
- **LA COCINA ROMANA:** ¿Qué alimentos tenían cuando aún no conocíamos el tomate? Comienza la sofisticación en la cocina. Haremos cocina antigua
- **LA COCINA GRIEGA:** El origen cultural y las similitudes que aún conservan con nuestra cocina. Haremos cocina antigua
- **COCINA MEDIEVAL:** Primeras referencias escritas de cocina catalana, la mayoría de recetas nos parecerán familiares. Haremos cocina de época

También pueden escoger otro tema.

Consulten con los responsables de la escuela.

Ciclos educativos Educación secundaria
Horario de 9h a 11h y 11h a 13h, todos los miércoles

Duración de la actividad aproximadamente 2h
Dirección Eulàlia Fargas

Inscripciones por teléfono 616 976 893 o web www.EscuelaCocinaBoqueria.com

Se precisa reservar con antelación / Precio 25 € por adolescente

Lugar donde se realiza Aula de Cuina del Mercat de la Boqueria (3ª planta del edificio de dirección del Mercado)



www.EscuelaCocinaBoqueria.com