

9.

Τίτλος Μαθήματος	Βασικές Αρχές Μαγειρικής Ι				
Κωδικός Μαθήματος	CBPA146				
Τύπος μαθήματος	Θεωρητικό και Πρακτικό				
Επίπεδο	Επίπεδο Πτυχίου				
Έτος / Εξάμηνο φοίτησης	1 ^ο Έτος/ 1 ^ο Εξάμηνο				
Όνομα Διδάσκοντα	Νικολάου Άριστος				
ECTS	4	Διαλέξεις / εβδομάδα	1	Εργαστήρια / εβδομάδα	3
Στόχος Μαθήματος	Στόχος του μαθήματος είναι να εισαγάγει τους φοιτητές/τριες της στη θεωρία και την πρακτική της Μαγειρικής Τέχνης.				
Μαθησιακά Αποτελέσματα	<p>Με την ολοκλήρωση του μαθήματος, οι φοιτητές/τριες αναμένεται να:</p> <p>Γνώσεις:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εξηγούν τους διάφορους τύπους θερμότητας και πώς να διαχειρίζονται τη θερμότητα με ασφάλεια • Εξηγούν τις γενικές αρχές της μαγειρικής και τις ορολογίες της μαγειρικής, τις βασικές διαδικασίες ψύξης, ξεπάγωμα τροφών, κ.λπ. <p>Δεξιότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Εκτελούν βασικές μεθόδους μαγειρέματος και βασικές συνταγές, επιδεικνύοντας παράλληλα καλή προσωπική υγιεινή και τήρηση κανόνων υγιεινής • Εφαρμόζουν εναλλακτικές λύσεις και επιλογές ψησίματος των τροφίμων <p>Ικανότητες:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Χειρίζονται με ασφάλεια τα τρόφιμα τις κύριες συσκευές της κουζίνας και τις τεχνικές επεξεργασίας των υλικών μαγειρικής και τηρούν τις διαδικασίες υγιεινής των τροφίμων. 				
Προαπαιτούμενα			Συναπαιτούμενα		
Περιεχόμενο Μαθήματος	<p style="text-align: center;">Θεωρητικό Μέρος</p> <p>Εισαγωγή</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Ορισμός της Μαγειρικής Τέχνης ○ Ιστορία και εξέλιξη της Μαγειρικής Τέχνης ○ Οι σημαντικότερες προσωπικότητες της μαγειρικής ○ Τι είναι κουζίνα ○ Σύνθεση του προσωπικού της κουζίνας ○ Η στολή του μαγείρου ○ Η οργάνωση της σύγχρονης κουζίνας <p>Εισαγωγή στην κουζίνα</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Προετοιμασία στη κουζίνα ○ Όροι γαστρονομικής τέχνης ○ Εξοπλισμός Μαγειρικής ○ Εξοπλισμός επεξεργασίας και αποθήκευσης ○ Πρότυπα επαγγελματισμός ○ Ασφάλεια και υγιεινή ○ Όργανα μέτρησης 				

Θερμότητα και τρόφιμα

- Επίδραση της θερμότητας στα τρόφιμα
- Μεταφορά Θερμότητας
- Οι χρόνοι μαγειρέματος

Δημιουργία γεύσης

- Κλασικοί συνδυασμοί γεύσης
- Καρυκεύματα και αρωματικά συστατικά
- Πρωτεΐνες, κρέατα και ψάρια
- Γαλακτοκομικά προϊόντα

Μέθοδοι μαγειρέματος

- Υγρή μέθοδος μαγειρέματος
- Ξηρή μέθοδος μαγειρέματος
- Μέθοδος ξηρής θερμότητας, χρησιμοποιώντας λίπος
- Μαγείρεμα σε φούρνο μικροκυμάτων

Πρακτικό Μέρος

Εβδομάδα 1-2: Μέθοδοι μαγειρέματος:

- boiling - poaching - steaming
- Stewing - braising - casseroling
- baking - roasting
- Grilling - barbecuing
- Frying
- Άλλες μέθοδοι μαγειρέματος

Εβδομάδα 3: Ζωμοί

- Λευκοί ζωμοί
- Σκούροι ζωμοί
- Ζωμός κοτοπούλου
- Ζωμός ψαριού
- Ζωμός Λαχανικών

Εβδομάδα 4: Σάλτσες:

- Bechamel
- Hollandaise
- Espagnole
- Veloute
- Tomato sauce

Εβδομάδα 5-6: Σούπες

- Broths
- Cream Soups
- Puree soups
- Veloute soups
- Clear soups

Εβδομάδα 7: Αυγά

	<ul style="list-style-type: none"> • Boiling • Frying • Poaching • Scrambling • Baking <p>Εβδομάδα 8-9: Ζυμαρικά</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ψήσιμο ζυμαρικών • Ζύμη για φρέσκα ζυμαρικά • σάλτσες για ζυμαρικά • ραβιόλες • Ζυμαρικά στο φούρνο • Ρύζι <p>Εβδομάδα 10: Λαχανικά</p> <ul style="list-style-type: none"> • Συνταγές με λαχανικά • Μέθοδοι μαγειρέματος λαχανικών • Προετοιμασία και ζέσταμα με ατμό • Πουρέ απο λαχανικά • Ψητά λαχανικά <p>Εβδομάδα 11-12: Πατάτες και Εισαγωγή στο Κρέας</p> <ul style="list-style-type: none"> • Μέθοδοι μαγειρέματος • Πατάτες στον ατμό: Τρεις μέθοδοι ψησίματος • Προετοιμασία και ζέσταμα με ατμό • Διάφορες συνταγές με πατάτα • Πουρέ πατάτας στον ατμό • Εισαγωγή στα κρεατικά
<p>Μεθοδολογία Διδασκαλίας</p>	<p>Το μάθημα διδάσκεται σε εργαστήριο και περιλαμβάνει διαλέξεις, επιδείξεις και δημιουργίες [hands-on] από όλους στην κουζίνα. Περιλαμβάνει πρακτική εργασία στο εργαστήριο, όπως μαγείρεμα, γεύση, και την οργανοληπτική αξιολόγηση. Εποπτεύεται από τον καθηγητή. Το πρακτικό μέρος του μαθήματος, είτε κατά τη διάρκεια της τελικής πρακτικής εξέτασης είτε της ενδιάμεσης πρακτικής εξέτασης, αξιολογείται χρησιμοποιώντας μια φόρμα ανατροφοδότησης που συμπληρώνεται από τον διδάσκοντα. Η φόρμα ανατροφοδότησης περιλαμβάνει τα κριτήρια και τον οδηγό βαθμολόγησης για την αξιολόγηση της πρακτικής εφαρμογής των δεξιοτήτων και των ικανοτήτων από τους φοιτητές. Η φόρμα ανατροφοδότησης βρίσκεται αναρτημένη στον οδηγό μαθήματος, τον οποίο μπορείτε να βρείτε στο Moodle</p>

<p>Βιβλιογραφία</p>	<p>Ελληνική Βιβλιογραφία</p> <ul style="list-style-type: none"> • The Culinary Institute of America, (2022). <i>Η βίβλος του Chef</i>, 3^η Έκδοση, Μαλλιάρης Παιδεία . ISBN: 978-960-644-110-3. • Κηπουρός, Κ., Δημητρακόπουλος, Ε., Κατσώνης, Α. (2020). <i>Τεχνικός μαγειρικής τέχνης</i>. Λεξίτυπον. ISBN:978-960-597-231-8. • Χειλιδάκης, Σ. (2019). <i>Εγχειρίδιο Τεχνικού μαγειρικής τέχνης</i>. 4^η Έκδοση. Επτάλοφος. ISBN:978-960-93-9474-1. • Σημειώσεις KES College. <p>Αγγλική Βιβλιογραφία</p> <ul style="list-style-type: none"> • The Culinary Institute of America. (2011). <i>The Professional Chef</i>. 9th Edition. John Wiley & Sons. ISBN: 978-0-470-42135-2. • Maincent-Morel, M. (2020). <i>The French Chef Handbook: La cuisine de reference</i>. ISBN-102857086954. • Evans, V., Dooley, J., and Hayley, R. (2016). <i>Career Paths: Cooking</i>. Express Publishing. ISBN: 978-1-4715-6254-9. • Institut Paul Bocuse. (2016). <i>The definitive step-by-step guide to culinary excellence</i>. Hamlyn. ISBN: 978-0-60063-417-1. • KES College handouts.
<p>Αξιολόγηση</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Παρουσία και συμμετοχή στο μάθημα: 10% • Ενδιάμεση πρακτική εξέταση: 20% • Τελική Γραπτή Εξέταση: 40% • Τελική Πρακτική Εξέταση: 30%
<p>Γλώσσα</p>	<p>Ελληνική ή Αγγλική</p>