

COCINA MEDITERRANEA

El objetivo de este curso es analizar las diferentes culturas y civilizaciones que desde la antigüedad han influido en la Cocina Mediterránea, investigar las diferentes gastronomías de los países que forman parte de la Dieta Mediterránea, analizar los productos que componen la Dieta Mediterránea, y la influencia que éstos ejercen sobre la salud, hasta nuestros días, reconocer la importancia del aceite de oliva en la cultura mediterránea los principales entrantes y platos principales de la cocina mediterránea, así como los característicos de cada país, descubrir el origen de la pasta, los tipos que existen y los platos que podemos preparar con la misma, reconocer los diferentes arroces existentes así como su importancia en la cocina mediterránea, descubrir los diferentes tipos de panes y dulces que nos ofrecen las panaderías y reposterías de los países que forman parte de la Cocina Mediterránea y diferenciar las bebidas más típicas que forman parte de la los países contiguos al Mediterráneo.

CONTENIDO DEL CURSO:

La Cocina Mediterránea Tradicional 1ª Parte.

Introducción a la Cocina Mediterránea.

Los Ingredientes Típicos.

Sopas, Tentempiés y Ensaladas.

La Cocina Mediterránea Tradicional 2ª Parte.

Pizza, Pasta, Arroz y Compañía.

Carne y Pescado.

Postres y Bebidas.