



TALLERES DE COCINA PARA JOVENES DE SECUNDARIA

al Mercado de la Boqueria de Barcelona. Curso escolar 2011/12

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.

"Sí ahora tienen curiosidad y interés, mañana sabrán alimentarse con criterio"

Los jóvenes van a comprar, 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, empiezan comprando y terminan comiendo.

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 LUNES O MIERCOLES 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. Los cocinaremos de diferentes maneras

EL PESCADO: La anatomía de un pez: limpiaremos y desespinares la sardina. Las cocinaremos rebozadas

LA CARNE: Carnes de animales diversos, sus colores, sus olores y texturas. Cocinaremos pollo con berenjenas

LA PASTA: Variedad de salsas fáciles y rápidas. Como hervir la pasta. La cocina de cada día

LAS DIFERENTES CULTURAS: Culturas y sabores diferentes del Mediterráneo. Cocinaremos con los mismos ingredientes al estilo de diferentes países

LOS HUEVOS: Huevos de diferentes aves, su calidad y color. Cada persona hará su tortilla para aprender una técnica muy simple y fácil de realizar. Tortillas de patatas, o con vegetales, o solas

LA COCINA ROMANA: Que alimentos tenían cuando aún no conocíamos el tomate?. Comienza la sofisticación en la cocina. Haremos cocina antigua

LA CUINA GREGA: El origen cultural y las similitudes que aún conservan con nuestra cocina.

Haremos cocina antigua



Ciclos educativos: Educación secundaria (12-16 años)

Calendario y horario: de 9h a 11h y 11h a 13h

el 2º lunes de cada mes y todos los miércoles del mes

Duración de la actividad: aproximadamente 2h

Dirección: Eulàlia Fargas

Inscripciones: Por teléfono 616976893 o

correo electrónico: boqueria@cuinapernens.com

Se precisa reservar con antelación

Precio: 12€ por adolescente

Lugar donde se realiza: Aula de Cocina del Mercado de la Boqueria (3a. planta del edificio de dirección del Mercado)

Más información: www.cuinapernens.com