



FORCHETTA&RASTRELLO
COOPERATIVA SOCIALE DI SOLIDARIETÀ
Sede in TRENTO – Via delle Laste, 22
Partita IVA: 02342760226
www.forchettaerastrello.it
forchettaerastrello@gmail.com

CORSO BASE DI CUCINA

DOVE: Cucina Mensa dell'Istituto Pavoniano Artigianelli (Piazza Fiera n.4, Trento)

LEZIONE N.1 - VENERDÌ 6 MARZO 2020, 15:00 - 20:00

NOZIONI BASE E TAGLI VERDURE

- Presentazione del corso, consegna dispensa e calendario delle lezioni
- La cucina, attrezzature e utensilerie
- Terminologia di base in cucina
- Norme igieniche e di sicurezza specifiche (ripresa concetti corso + divisa del cuoco)
- I gruppi di alimenti e loro conservazione

Preparazioni: taglio verdure e preparazione risotto e orzotto alla trentina

LEZIONE N.2 - VENERDÌ 13 MARZO 2020, 15:00 - 20:00

MONDO PRIMI

- Cereali e derivati
- La base per i primi piatti
- Le salse madri
- Il ragù
- Basi di ripieni

Preparazioni: gnocchi (di patate, di ricotta), crespelle

LEZIONE N.3 - VENERDÌ 20 MARZO 2020, 15:00 - 20:00

MONDO SECONDI

- I tagli della carne
- Preparazione della carne
- Il pescato trentino
- Alternative alla carne – piatti vegetariani o vegani

Preparazioni: scaloppine, trota alla mugnaia, torta salata e polpette di legumi/cereali

LEZIONE N.4 - VENERDÌ 27 MARZO 2020, 15:00 - 20:00

PIATTI DAL MONDO

- Piatti tipici trentini
- Altri piatti tradizionali
- Impiattamento e decorazione

Preparazioni: canederli, spatzle e/o strangolapreti e ricette proposte da allievi

LEZIONE N.5 - VENERDÌ 3 APRILE 2020, 15:00 - 20:00

ARTE BIANCA

- Tipologia delle farine
- La pasta madre
- Conoscenza impasti vari (sfoglia, brisée, fillo, pasta matta, frolla)
- Panificazione senza glutine e farine *gluten free*

Preparazioni: pane, pizza, focaccia e torte salate

LEZIONE N.6 - VENERDÌ 17 APRILE 2020, 15:00 - 20:00

PROVA FINALE

- 1° gruppo: 14.30-17.30
- 2° gruppo: 18.30-21.30