

## Tecniche base di cucina - Ultimi posti disponibili!

### Perché partecipare

Per acquisire:

- le competenze necessarie per un primo inserimento in una cucina professionale, in pubblici esercizi quali ristoranti, trattorie, osterie ma anche mense e società di catering;
- una buona conoscenza merceologica delle materie prime e delle tecniche di lavorazione, dei semilavorati e delle principali tecniche di cottura, dei comportamenti da adottare in linea con la normativa sull'igiene e la sicurezza sui luoghi di lavoro

### CHI PUÒ PARTECIPARE

Possono partecipare tutte le persone iscritte al Programma PIPOL.

Requisito preferenziale: conoscenza della lingua italiana almeno di livello A.2 (conseguibile anche attraverso la partecipazione al [corso del catalogo regionale delle soft skills](#) "Competenze linguistiche – Italiano A2") e possesso dell'idoneità fisica per l'esercizio della professione.

### QUANTO DURA

**420 ore** di aula e laboratorio, di cui **180 ore** di **stage** in azienda. Il corso si avvierà al raggiungimento del numero minimo di allievi previsti (8 iscritti).

### CONTENUTI

Il corso si sviluppa, con riferimento al Repertorio dei Settori Economico Professionali della Regione FVG, nell'ambito di seguenti qualificatori professionali che porteranno gli allievi ad acquisire le necessarie competenze per potersi spendere nel mercato del lavoro con un adeguato livello di autonomia:

- **APPONTAMENTO DI SPAZI, ATTREZZATURE E MATERIALI**  
Descrizione: sulla base delle indicazioni ricevute e della documentazione d'appoggio, approntare gli spazi, le attrezzature e i materiali necessari nel rispetto della normativa sulla sicurezza e delle procedure di autocontrollo HACCP.
- **PREPARAZIONE DELLE MATERIE PRIME**  
Descrizione: selezionare e predisporre alla lavorazione successiva le materie prime necessarie per la preparazione delle pietanze (verdure, carni, pesci, molluschi e crostacei), utilizzando gli strumenti a disposizione e rispettando in tempi di lavorazione
- **PREPARAZIONE DEI SEMILAVORATI**  
Descrizione: preparare i semilavorati (fondi, salse, paste fresche, gnocchi, assemblati di materie prime e semilavorati) pronti per l'immediata cottura o da conservare per essere utilizzati in un secondo momento.
- **COTTURA DEGLI ALIMENTI**  
Descrizione: cuocere gli alimenti (materie prime, semilavorati o assemblati) applicando il metodo di cottura più idoneo al fine di valorizzarne il gusto, la consistenza e le proprietà nutrizionali.
- **ALLESTIMENTO DI PIATTI E VASSOI DA PORTATA**  
Descrizione: porzionare il preparato gastronomico nei piatti o vassoi di servizio, tenendo in considerazione le caratteristiche degli alimenti e l'aspetto estetico della presentazione al cliente.

### Conoscenze tecnico professionali

- Elementi di igiene, salute e tutela ambientale
- Elementi di merceologia degli alimenti
- Caratteristiche dei fondi e delle salse da cucina
- Caratteristiche degli impasti e dei ripieni
- Tecniche base di preparazione delle materie prime
- Tecniche base di preparazione dei semilavorati

- Attrezzature e sostanze utilizzate per la cottura
- Tecniche base di cottura: modalità, aspetti comuni e innovativi
- Tecniche base di allestimento di piatti e vassoi
- Tecniche di conservazione dei prodotti alimentari

#### Conoscenze trasversali

- Pianificare azioni di ricerca attiva del lavoro
- Sicurezza e prevenzione degli infortuni sui luoghi di lavoro

#### Durata

**200 ore** di aula e laboratorio. Il corso si avvierà al raggiungimento del numero minimo di allievi previsti (8 iscritti).

#### Quando

Dal 16/02/2021.

#### Come partecipare

Per partecipare ai corsi è necessario **iscriversi a PIPOL** registrandosi on-line sul sito della Regione Friuli Venezia Giulia (soggetti NEET under 30 nella sezione [Garanzia Giovani](#), adulti disoccupati sezione [Occupabilità](#)) o recandosi presso uno dei [Centri per l'Impiego](#) della Regione.

#### Attestato

Al termine del corso sarà rilasciato un attestato di frequenza dalla Regione FVG, un attestato relativo alla formazione generale sicurezza lavoratori e un attestato di formazione specifica per il settore della ristorazione.

Durata	420 ore
Stage	180 ore
Certificazione	Attestato di frequenza
Quota di iscrizione	gratuito - finanziato da FSE / POR FVG 14-20
Riservato a	Giovani dai 18 anni e adulti
Titolo di studio	Nessun vincolo
Stato occupazionale	Disoccupati/inoccupati/a rischio disoccupazione/lavoratori in CGS o mobilità
Requisiti preferenziali	Conoscenza della lingua italiana almeno di livello A.2 (conseguibile anche attraverso la partecipazione al corso del catalogo regionale delle soft skills "Competenze linguistiche – Italiano A2") e possesso dell'idoneità fisica per l'esercizio della professione.
Residenza/Domicilio in FVG	Residenza e/o Domicilio in FVG
Sede	Civiform Trieste
Periodo	Dal 16/02/2021
Frequenza e Orario	Orario diurno/pomeridiano, frequenza intensiva
Note	Il corso rilascia anche un attestato relativo alla formazione generale sicurezza lavoratori e un attestato di formazione specifica per il settore della ristorazione.



**Il Fondo Sociale Europeo  
in Friuli Venezia Giulia**  
Programma Operativo Regionale 2014-2020



UN INVESTIMENTO PER IL TUO FUTURO



**PIPOL**  
Piano Integrato  
di Politiche per  
l'Occupazione  
e il Lavoro