

## PROGRAMACIÓN DEL CURSO MICODES

**NOMBRE: Ofertas gastronómicas:** Las setas en la cocina

**DESTINATARIOS:** Restauradores profesionales de territorio MICODES

**DURACIÓN:** 3 sesiones, dos de 4h 30m y una de 4h .

**OBJETIVO GENERAL:** Dar la formación necesaria para la creación de unas jornadas micológicas en los establecimientos pertenecientes al proyecto MICODES

**TIPO DE FORMACIÓN: Presencial:** en el restaurante Los Collados de la Sagra, en los que se desarrollará un programa teórico en aula y práctico en cocina. **A distancia:** contacto continuado con los restauradores pertenecientes a MICODES a través de plataformas informáticas, como puede ser un blog o una página web, donde resolver las dudas de los restauradores, donde plasmar recetas sobre hongos, donde ayudar a la organización de las jornadas micológicas.

### OBJETIVO ESPECIFICO:

#### 1. De conocimiento:

- Descubrir los hongos más habituales en cada zona del territorio MICODES (descripciones: especies comestibles y tóxicas), grupos taxonómicos, propiedades nutritivas y contenidos nutricionales, valoración y aplicación gastronómica.
- Conocer las técnicas de cocina más adecuadas a cada tipo de hongo. (Estofado, salteado, guisado, confitado...)
- Redescubrir recetas de gran tradición micológicas de las zonas adyacentes a los establecimientos.
- Aprender métodos de limpieza, pre elaboración y conservación de los hongos (Congelación, confitado, envasado al vacío, etc.).
- Aprender el maridaje de las elaboraciones a base de hongos con vinos de la tierra.
- Desarrollar métodos para la creación y gestión económica de unas jornadas micológicas rentables para los restauradores.

#### 2. De destreza:

- Desarrollar recetas de cocina y de aplicación de las técnicas culinarias conocidas para la elaboración de los hongos.
- Practicar con los nuevos utensilios y técnicas para familiarizarse con ellos.
- Dominar el manejo de las materias primas utilizadas en la cocina micológica.
- Practicar la selección, pre elaboración y limpieza de las mejores clases de hongos, así como su conservación y regeneración.

#### 3. De actitud:

- Crear el compromiso para la realización de las jornadas micológicas dentro del marco del proyecto MICODES.
- Pautas de comportamiento referentes a la higiene alimentaria, a la seguridad, a la organización y metodología dentro de una cocina, guía de buenos hábitos en la recolección, limpieza y elaboración de los productos micológicos.
- Concienciar sobre el valor del recurso alimenticio que pueden encontrar en su entorno.

## CONTENIDOS:

**Día 7 de Abril de 2010**

### 1. Sesión:

- **1 hora y 30 minutos; de 10:00 a 11:30**  
**Ponencia de Mario Honrubia:**

1. CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LOS HONGOS
2. PROPIEDADES ORGANOLÉPTICAS DE LOS HONGOS
3. SISTEMAS DE CONSERVACIÓN DE LOS HONGOS
4. PROPIEDADES NUTRICIONALES Y MEDICINALES DE LOS HONGOS
5. LISTADO OFICIAL DE SETAS SILVESTRES, CULTIVABLES Y COMERCIALIZABLES
6. LISTADO DE HONGOS COMESTIBLES
7. CARACTERÍSTICAS NUTRICIONALES Y MEDICINALES POR GRUPOS DE HONGOS
  - Champiñones
  - Amanitas y Macrolepiotas
  - “Porcini”
  - Rebozuelos y Trompetas
  - Níscalos
  - Negrillas
  - Colmenillas
  - Llanegas
  - Setas de chopo y Seta de Cardo
  - Trufas y Turmas
  - Especies tóxicas
  - Otras especies europeas
8. TIPOS DE INTOXICACIONES PRODUCIDAS POR LOS HONGOS

- **3 horas; de 12 a 15. Práctica en cocina:  
Dirigida por Carmela Santana y Alberto Hernando**
  - Reconocimiento físico de los distintos tipos de hongos, morfología, cuidados y pre elaboraciones.
  - Pautas para una buena limpieza, pre elaboración y conservación de los hongos.
  - Elaboración de recetas, en grupos, para desarrollar las diferentes técnicas específicas de cocinado de hongos; salteados, sofritos, confitados, estofados, utilización como relleno, como guarnición para arroces secos, carnes pescados, elaboración de pates, cremas, sopas, etc. Enmarcadas estas recetas dentro de un menú degustación válido para unas jornadas micológicas y del que posteriormente haremos cata con maridaje los presentes en estas jornadas.

## 2. Sesión:

- **1 hora; de 17 a 18. Teoría en el aula.  
Ponencia de Alberto Hernando Y Carmela Santana**
  - Las setas en la cocina: métodos de cocinado más adecuados para cada tipo de hongo, la utilización de distintas grasas y especias en su elaboración.
  - Valoración económica de las elaboraciones con hongos, organización de las jornadas micológicas, gestión de recursos.
- **3 horas; de 18 a 21. Práctica en cocina.  
Dirigida por Carmela Santana y Alberto Hernando**
  - Limpieza y técnicas para la conservación de los hongos aprovechando los excedentes de la temporada; congelación, confitados, secados, envasados al vacío, etc.
  - Elaboración de recetas, en grupos, para desarrollar las diferentes técnicas específicas de cocinado de hongos; salteados, sofritos, confitados, estofados, utilización como relleno, como guarnición para arroces secos, carnes pescados, elaboración de pates, cremas, sopas, etc. Enmarcadas estas recetas dentro de un menú degustación válido para unas jornadas micológicas y del que posteriormente haremos cata con maridaje los presentes en estas jornadas.

**Día 8 de Abril de 2010.**

**3. Sesión:**

- **1 hora y 30 minutos; de 9:30 a 11.**

**Ponencia de José Tazueco:**

- PRESENTACION
  - FORMAS DE CLASIFICAR DEPENDIENDO DE SU TEXTURA
  - COCINAR CON SETAS CONGELADAS
  - COCINAR CON SETAS DESHIDRATADAS
  - POTENCIADORES DE SABOR
  - SETAS PARA PESCADOS, CARNES, POSTRES, LICORES ...
  - DONDE CONSEGUIR UN BUEN PRODUCTO Y SABER DIFERENCIARLO
  - COMO ALMACENAR SETAS EN NUESTRA COCINA
  - SETAS PARA CONSUMIR EN CRUDO
  - ACEITES Y VINAGRES DE SETAS
- **3 horas; de 11 a 14. Práctica en cocina:**
    - Elaboración de recetas, en grupos, para desarrollar las diferentes técnicas específicas de cocinado de hongos; salteados, sofritos, confitados, estofados, utilización como relleno, como guarnición para arroces secos, carnes pescados, elaboración de pates, cremas, sopas, etc. Enmarcadas estas recetas dentro de un menú degustación valido para unas jornadas micológicas y del que posteriormente haremos cata con maridaje los presentes en estas jornadas. Elaboraciones con setas de José Tazueco.