

Código de la Clasificación Nacional de
Ocupaciones:

5010

Cocinero y otros preparadores de alimentos



Formación para Hostelería

Descripción General ¿Quiénes son y qué hacen?

Desarrolla su actividad profesional tanto en grandes como en medianas y pequeñas empresas, principalmente del sector de hostelería, aunque también puede trabajar por cuenta propia en pequeños establecimientos del subsector de restauración.

También en establecimientos dedicados a la preelaboración y comercialización de alimentos crudos, tiendas especializadas en comidas preparadas, empresas dedicadas al almacenamiento, envasado y distribución de productos alimenticios, etc.

Tareas habituales ¿Qué tareas realizan?

Desarrollar los procesos de preelaboración, preparación, presentación y conservación de toda clase de alimentos, aplicando las técnicas correspondientes, consiguiendo la calidad y objetivos económicos establecidos y respetando las normas y prácticas de seguridad e higiene en la manipulación alimentaria.

Competencias Técnicas (Funciones, Tareas, Habilidades, Responsabilidades)

- Definir ofertas gastronómicas, realizar el aprovisionamiento y controlar consumos.
- Preelaborar y conservar toda clase de alimentos.
- Preparar elaboraciones básicas de múltiples aplicaciones y platos elementales.
- Preparar y presentar todo tipo de elaboraciones culinarias complejas y de creación propia para el servicio.

DEFINIR OFERTAS GASTRONÓMICAS, REALIZAR EL APROVISIONAMIENTO Y CONTROLAR CONSUMOS.

Definir ofertas gastronómicas en términos de menús, cartas o análogos, de modo que resulten atractivas, equilibradas y adecuadas para los clientes.

- Las ofertas gastronómicas se definen, teniendo en cuenta:
 - Las necesidades y gustos de los clientes potenciales.
 - El suministro de las materias primas.
 - Los medios físicos, humanos y económicos.
 - El tipo de servicio que se va a realizar.
 - Un buen equilibrio, tanto en la variedad como en el orden y los costes.
 - El valor nutritivo de los alimentos.
 - La estacionalidad de los productos.
 - El tipo de local y su ubicación.

- La rueda de menús y las sugerencias se comprueba que se realizan teniendo en cuenta la rotación de artículos o productos de temporada.

- El sistema de rotación de las ofertas gastronómicas se establece permitiendo cambiarlas según la evolución de los hábitos y gustos de la clientela.

- Las normas de dietética y nutrición se aplican cuando es necesario.

- La presentación impresa de las ofertas gastronómicas se formaliza teniendo en cuenta: categoría del establecimiento, objetivos económicos e imagen corporativa.

Utilizar materias primas de calidad para que el producto ofrecido tenga el nivel de calidad que espera el cliente y se cumplan los objetivos económicos del establecimiento.

- La calidad de las materias primas se determina teniendo en cuenta los gustos y necesidades de los clientes y los objetivos económicos del establecimiento.

- Las características cuantitativas y cualitativas de cada uno de los artículos utilizados se identifican, siguiendo las fichas de especificación técnica.

- Las fichas de especificación técnica se actualizan de acuerdo con los cambios habidos en el mercado y en las ofertas gastronómicas.

Solicitar las mercancías que resulten necesarias para cubrir las exigencias de la producción.

- En la solicitud de compra se tienen en cuenta las previsiones, las existencias y los mínimos y máximos de existencias necesarios.

- La petición de mercancías al departamento correspondiente se formaliza, en su caso, a través de la hoja de solicitud, utilizando el procedimiento establecido.

- La recepción de los artículos solicitados se efectúa comprobando que cumplen con la petición de compra y el estándar de calidad.

- Se comprueba que las materias primas recibidas se corresponden con las que constan en el pedido realizado con anterioridad y que además cumplen con: unidades y pesos netos solicitados y establecidos, nivel de calidad definido, fecha de caducidad, embalaje en perfecto estado, temperatura adecuada y registros sanitarios.

- Las fases de solicitud, compra y recepción de mercancías se diferencian a fin de conseguir un correcto proceso de control administrativo y de calidad.

Almacenar las mercancías recibidas, de manera que se mantengan en perfecto estado hasta su utilización.

- Las mercancías se almacenan teniendo en cuenta sus características, temperatura y grado de humedad de conservación, normas básicas de almacenamiento y factores de riesgo.

- Se realiza la ficha de almacén.

- Los artículos se almacenan de forma ordenada para su posterior localización.

- Las bajas que por mal estado o rotura deben contemplarse en los inventarios se notifican.

- Las buenas condiciones de limpieza, ambientales y sanitarias de los almacenes, que impiden el desarrollo bacteriológico y aseguran una buena calidad de conservación, son objeto de comprobación.
- La participación en la mejora de la calidad se realiza durante todo el proceso.

Controlar consumos, según las normas establecidas, de modo que se puedan determinar los costes de las bebidas y alimentos empleados.

- Los vales de pedido se realizan con la supervisión y autorización del responsable.
- Los vales de transferencia de productos cedidos a otros departamentos se formalizan, quedando correctamente determinados los costes reales en cada uno.
- Todos los datos correspondientes a la recepción, almacenamiento, distribución y consumo se comprueban y registran en los soportes y con los procedimientos y códigos establecidos.
- A partir de las fichas de consumo se consigue estimar el coste de los productos elaborados.

PREELABORAR Y CONSERVAR TODA CLASE DE ALIMENTOS.

Preparar y almacenar en crudo vegetales de modo que resulten aptos para su utilización en la elaboración de distintos tipos de platos o posterior comercialización.

- Se deben tener los vegetales necesarios y el aprovisionamiento se realiza siguiendo las instrucciones del establecimiento.
- Las instalaciones, útiles y equipos necesarios se preparan verificando que cumplen con la normativa de seguridad e higiene.
- La preparación de los vegetales se realiza aplicando las técnicas y normas básicas de manipulación y tratamiento de vegetales en crudo, y utilizando, en su caso, las técnicas de cocción establecidas con respecto a aquellos vegetales que lo necesiten una vez finalizada su manipulación en crudo.
- En el racionamiento, troceado o picado de los vegetales se tiene en cuenta su utilización o comercialización posterior y su máximo aprovechamiento.
- El almacenamiento de los vegetales manipulados se realiza teniendo en cuenta las características del tipo de vegetal en cuestión, en los recipientes, envases y equipos asignados, a las temperaturas adecuadas y siguiendo los procedimientos establecidos.
- Las tareas de limpieza de los utensilios y equipos utilizados en el proceso se realiza con los productos y métodos establecidos.
- Los equipos de frío y, en su caso, de calor, se mantienen durante la manipulación de los vegetales en las condiciones de temperatura requerida, y actuando por medio de operaciones manuales sobre los reguladores o medios de control de procesos.
- Los equipos y medios energéticos establecidos para los procesos se utilizan racionalmente, evitando consumos, costes y desgastes innecesarios.
- La participación en la mejora de la calidad se realiza durante todo el proceso.

Preparar y almacenar en crudo pescados, mariscos, aves y caza de modo que resulten aptos para su utilización en la elaboración de distintos tipos de platos o posterior comercialización.

- El aprovisionamiento de materias primas y la puesta a punto de los útiles y equipos necesarios se realiza a partir de la orden de trabajo, o procedimiento que la sustituya.
- En la preparación de las materias primas se aplican las técnicas y normas básicas de manipulación y tratamiento de alimentos en crudo.
- En las operaciones de racionamiento, troceado o picado de las materias primas se tiene en cuenta su utilización o comercialización posterior y su máximo aprovechamiento.
- El almacenamiento de los pescados, mariscos, aves o caza se realiza teniendo en cuenta las características del género en cuestión, en los recipientes, envases y equipos asignados, a las temperaturas adecuadas y siguiendo los procedimientos establecidos.
- Las tareas de limpieza de los utensilios y equipos utilizados en el proceso se realiza con los productos y métodos establecidos.
- Los equipos de frío y, en su caso, de calor, se mantienen durante la manipulación de las materias primas en las condiciones de temperatura requerida, actuando por medio de operaciones manuales sobre los reguladores o medios de control de procesos.
- Los equipos y medios energéticos establecidos para el proceso se utilizan en todo momento, evitando consumos, costes y desgastes innecesarios.
- La participación en la mejora de la calidad se realiza durante todo el proceso.

Despiezar canales, preparando y almacenando en crudo sus piezas, de modo que resulten aptas para su utilización en la elaboración de distintos tipos de platos o posterior comercialización.

- El aprovisionamiento de canales o piezas se realiza y los útiles y equipos necesarios se preparan, a partir de la orden de trabajo.
- Los canales de carne en cortes comerciales se seccionan, aplicando las técnicas básicas de despiece.
- Los cortes de carne se seccionan en piezas aptas para su preparación o comercialización posterior.
- Las piezas se preparan, cortándolas en trozos según el método de cocción que se vaya a emplear y, en su caso, aplicando las técnicas básicas de ablandado, recortado, mechado, bridado y albardado.
- Las técnicas básicas se aplican, en su caso, para la elaboración y manipulación de rellenos.
- Pérdidas, desgastes y daños innecesarios se evitan en la preparación de la carne, aprovechándola al máximo.
- El almacenamiento de los canales o piezas se realiza teniendo en cuenta las características de la carne en cuestión, en los recipientes, envases y equipos asignados, a las temperaturas adecuadas y siguiendo los procedimientos establecidos.
- Las tareas de limpieza de los utensilios y equipos utilizados en el proceso se realizan con los productos y métodos establecidos.
- Los equipos de frío se mantienen en las condiciones de temperatura requerida, durante la manipulación de los canales y piezas, actuando por medio de operaciones manuales sobre los reguladores o medios de control de procesos.

- Los equipos y medios energéticos establecidos para los procesos se utilizan racionalmente, evitando consumos, costes y desgastes innecesarios.

- La participación en la mejora de la calidad se realiza durante todo el proceso.

Conservar y envasar géneros y elaboraciones culinarios que resulten aptos para su posterior consumo o distribución comercial.

- La conservación y envasado de los géneros y elaboraciones culinarios se realizan:

- Teniendo en cuenta las características del género o elaboración de cocina en cuestión.

- Siguiendo los procedimientos establecidos.

- En los recipientes, envases y equipos asignados.

- A las temperaturas adecuadas.

- Aplicando, en su caso, técnicas tradicionales de salazón, marinado o adobado.

- Aplicando, en su caso, técnicas de abatimiento rápido de temperaturas o de congelación criogénica con nitrógeno líquido.

- Aplicando, en su caso, técnicas de envasado tradicional, al vacío o con inyección de gas inerte.

- Presentando el producto de acuerdo con las normas definidas.

- Las tareas de limpieza de los utensilios y equipos utilizados en el proceso se realizan con la frecuencia, productos y métodos establecidos.

- Los equipos de calor y de frío se mantienen durante los procesos en las condiciones de temperatura requerida, actuando por medio de operaciones manuales sobre los reguladores o medios de control.

- Los equipos y medios energéticos establecidos para los procesos se utilizan racionalmente, evitando consumos, costes y desgastes innecesarios.

- La participación en la mejora de la calidad se realiza durante todo el proceso.

PREPARAR ELABORACIONES BÁSICAS DE MÚLTIPLES APLICACIONES Y PLATOS ELEMENTALES.

Preparar elaboraciones básicas de múltiples aplicaciones que resulten aptas para su posterior utilización en la elaboración o acompañamiento de platos.

- Se dispondrá de todo lo necesario tanto en materias primas como herramientas de uso.

- Las elaboraciones básicas de múltiples aplicaciones, tales como fondos, salsas, mantequillas compuestas, gelatinas, etc., se realizan aplicando las técnicas y normas básicas de manipulación y tratamiento de alimentos en crudo, y utilizando, en su caso, las técnicas de cocción establecidas.

- Finalizado el proceso de elaboración se realiza el acabado y presentación de forma atractiva.

- El almacenamiento del producto se realizará en los recipientes y equipos asignados y a las temperaturas adecuadas.

- Las tareas de limpieza de los utensilios y equipos utilizados en el proceso se realizan con la frecuencia, productos y métodos establecidos.

- Los equipos de calor y de frío se mantienen en las condiciones de temperatura requerida, durante la confección de las elaboraciones básicas de múltiples aplicaciones, actuando por medio de operaciones manuales sobre los reguladores o medios de control de procesos.

Preparar y presentar elaboraciones culinarias elementales de acuerdo con la definición del producto y las técnicas básicas de elaboración

- Se dispondrá de todo lo necesario tanto en materias primas como herramientas de uso.

- Las elaboraciones elementales se realizan aplicando las técnicas y normas básicas de manipulación y tratamiento de alimentos en crudo, y utilizando, en su caso, las técnicas de cocción establecidas.

- Finalizado el proceso de elaboración se realiza el acabado y presentación de forma atractiva.

- El almacenamiento del producto se realizará en los recipientes y equipos asignados y a las temperaturas adecuadas.

- Las tareas de limpieza de los utensilios y equipos utilizados en el proceso se realizan con la frecuencia, productos y métodos establecidos.

- Los equipos de calor y de frío se mantienen en las condiciones de temperatura requerida, durante la confección de las elaboraciones básicas de múltiples aplicaciones, actuando por medio de operaciones manuales sobre los reguladores o medios de control de procesos.

PREPARAR Y PRESENTAR TODO TIPO DE ELABORACIONES CULINARIAS COMPLEJAS Y DE CREACIÓN PROPIA PARA EL SERVICIO.

Preparar y presentar elaboraciones culinarias complejas, de acuerdo con la definición del producto, las técnicas básicas de preparación y un elevado estándar de calidad.

En la preparación y presentación de las elaboraciones culinarias complejas se debe tener en cuenta:

- El aprovisionamiento de materias primas.

- La preparación de útiles y equipos.

- La aplicación de técnicas y normas de manipulación y tratamiento de alimentos en crudo.

- La utilización de las técnicas de cocción establecidas para cada preparación culinaria.

- El acabado y presentación del plato.

- El almacenamiento.

- La regeneración a temperatura de servicio.

- El mantenimiento de las temperaturas requeridas.

- La utilización de los equipos y medios energéticos establecidos, evitando consumos, costes y desgastes innecesarios.

- Las tareas de limpieza.

Conocer la cultura gastronómica y habilidades para responder a las necesidades de innovación de la carta y menú que se aplican en función de los gustos de la clientela y de los objetivos gastronómicos y económicos del establecimiento.

Los platos nuevos se preparan correctamente a partir de nueva información recibida (recetarios, fichas técnicas de fabricación, etc.).

Si no se dispone de algún producto se sustituyen ingredientes de un determinado plato, satisfaciendo, no obstante, al cliente.

Las peticiones y gustos del cliente, manifestadas directamente o a través del personal del comedor, deben ser prioritarias con objeto de satisfacer al mismo.

En las preparaciones culinarias se mantiene un alto nivel de calidad.

Las presentaciones artísticas o complejas de platos son objeto, en su caso, de realización.

Las técnicas más novedosas de cocción (al vacío, al vapor, etc.) se utilizan eficazmente.

Las técnicas más novedosas de conservación y esterilización (uso del autoclave, etc.), se utilizan eficazmente.

La participación en la mejora de la calidad se realiza durante todo el proceso.

Preparar y presentar diferentes tipos de platos de creación propia, que resulten atractivos para los clientes y se ajusten a los objetivos económicos del establecimiento.

En la preparación y presentación de platos de elaboración propia se ejecuta correctamente:

- El aprovisionamiento de materias primas.
- La preparación de útiles y equipos.
- El aprovisionamiento de materias primas.
- La aplicación de técnicas y normas de manipulación y tratamiento de alimentos en crudo.
- La utilización de las técnicas de cocción establecidas para cada preparación culinaria.
- El acabado y presentación del plato.
- El almacenamiento.
- La regeneración a temperatura de servicio.
- El mantenimiento de las temperaturas requeridas.
- La utilización de los equipos y medios energéticos establecidos, evitando consumos, costes y desgastes innecesarios.
- Las tareas de limpieza.

A los productos de temporada se les saca el máximo partido gastronómico y económico.

Los platos se elaboran a partir de su propia investigación gastronómica, con creatividad e imaginación.

La respuesta a las necesidades de innovación de la oferta gastronómica se realiza en función de los gustos de la clientela y de los objetivos gastronómicos y económicos del establecimiento, aplicando su cultura gastronómica y habilidades de adaptación.

Ante la imposibilidad de aprovisionamiento, se sustituyen ingredientes de un determinado plato, satisfaciendo, no obstante, al cliente.

Las peticiones y gustos del cliente, manifestadas directamente o a través del personal del comedor, son objeto de satisfacción en el marco de las normas y estándares de calidad establecidos.

La participación en la mejora de la calidad se realiza durante todo el proceso.

Diseñar y realizar decoraciones culinarias para todo tipo de expositores y servicios, y asistir en el montaje de dichos expositores.

Los motivos decorativos se realizan utilizando su creatividad e imaginación.

La técnica de decoración adecuada al tipo de producto culinario concreto es objeto de selección previa, teniendo en cuenta los gustos de los clientes y las tendencias actuales en cocina.

Los géneros culinarios deben ser aptos para la aplicación de la técnica decorativa seleccionada (no todos los géneros permiten las mismas aplicaciones).

El lugar de ubicación de los motivos decorativos es objeto de propuesta y comprobación.

El orden de colocación de los productos culinarios en los expositores se propone siguiendo criterios de sabor, tamaño, color, naturaleza del producto y temperatura de conservación.

Las técnicas y elementos decorativos que mejor se adecuen al tipo establecimiento, temporada, oferta gastronómica, tipo de clientela, tipo de servicio y clase de expositor son objeto de propuesta razonada.

Las necesidades de mobiliario, equipos y utensilios para el montaje de todo tipo de expositores se deducen y proponen convenientemente.

Requisitos para ejercer

Nivel académico o de conocimientos generales: Graduado Escolar o FP en hostelería.

Nivel profesional o técnico: Permiso de manipulador de alimentos y conocimientos de seguridad alimentaria (Plan de Autocontrol basado en el APPCC)

Condiciones Físicas: No padecer enfermedades infectocontagiosas, ni minusvalías físicas o psíquicas que impidan el normal desarrollo de la profesión.

Condiciones ¿Dónde se realiza y bajo qué condiciones?

Se realiza en las cocinas y dependencias anexas de los establecimientos de hostelería, bien sean hoteles, restaurantes, cafeterías, bares, comedores de empresas, colegios, etc.

Desarrolla su actividad profesional tanto en grandes como en medianas y pequeñas empresas, principalmente del sector de hostelería, aunque también puede trabajar por cuenta propia en pequeños establecimientos del subsector de restauración.

Riesgos profesionales

Los riesgos más habituales en la profesión de cocinero son los cortes, quemaduras y ocasionalmente golpes, caídas, derivados de la agilidad y rapidez con la que tienen que realizar su trabajo.

Sus tareas suponen un trabajo muy laborioso que debe realizarse en un tiempo determinado, esto ocasiona en algunos casos estrés acumulado.

Problemas de columna o dolores lumbares por la carga de peso manualmente.

En algunas ocasiones problemas respiratorios provocados por el ambiente cargado de humos.

Problemas de conjuntivitis por el calor y humo.

¿Qué herramientas emplean?

Equipo y Maquinaria

- Cocina
- Plancha
- Gratinadora
- Mesa caliente
- Mesas frías
- Hornos (convencional, combinado y microondas)
- Freidoras
- Bañomaría
- Olla basculante
- Cocedor al vapor
- Peladora de patatas
- Cortadora de hortalizas
- Batidora
- Brazos combinados
- Cortadora de fiambres
- Máquina de picar carne
- Máquina para envasar al vacío
- Máquinas regeneradoras de productos al vacío
- Congeladores
- Frigoríficos.
- Autoclave
- Trituradora
- Cámaras de conservación en caliente
- Cámaras de conservación de productos al vacío

Otros Materiales

Mesas de trabajo

- Estanterías
- Fregaderos
- Lavamanos
- Extintores
- Útiles de limpieza
- Vestuario (gorros, batas, delantales, etc.)

Herramientas y Utillaje

- Cuchillos
- Afiladores

- Puntillas
- Machetes
- Chairas (eslabones)
- Peladores de legumbres
- Agujas mechadoras
- Espátulas
- Deshuesadores de aceitunas
- Vaciadores de manzanas
- Cucharillas vaciadoras
- Acanaladores
- Tijeras
- Espalmaderas
- Escamadores de pescados
- Mangas
- Juegos de cortapastas
- Ralladores
- Cortadores de huevos
- Brochas
- Hiladores de huevos
- Tenedores para asado
- Abrelatas de mesa
- Lengüetas
- Planchas de teflón.
- Platos para huevos
- Coladores
- Coladores chinos
- Espumaderas
- Arañas
- Cacillos
- Rejillas
- Escurreverduras
- Cestas de alambre
- Varillas batidoras
- Embudos
- Juegos de medidas
- Tajos
- Rodillos
- Tablas de trinchar
- Tamices
- Morteros
- Setas
- Manos de mortero
- Balanzas
- Boles de cristal
- Platos
- Tenedores
- Fuentes
- Bandejas
- Soperas
- Legumbreras
- Cucharas
- Marmitas
- Rondones
- Bañosmaría
- Sauteuses
- Cazos (rectos y curvos).
- Ollas (medias marmitas y cacerolas)

- Braseadoras
- Cocedores de pescado (lubinera)
- Paellas
- Sartenes
- Frituras
- Rustideras (placas de asar)
- Placas de pastelería
- Barreños
- Recipientes gastronorm
- Cazuelas de barro
- Moldes
- Agujas para bridar

Consejos para ser un buen profesional ¿Qué se necesita para tener éxito?

Es necesario ser organizado para realizar el trabajo de forma ordenada y productiva evitando olvidos en su ejecución, que luego puedan ocasionar problemas a la hora de prestar el servicio a los clientes.

Tener capacidad de trabajo, así como de comunicación con los clientes internos.

Tener capacidad de autocontrol para conservar la calma en las horas de mayor aforo.

Formación específica de carácter ocupacional encaminada a la elaboración de diferentes alimentos, técnicas culinarias.

Deberán obtener el permiso de manipuladores de alimentos.

Tener conocimientos de seguridad alimentaria (Plan de Autocontrol basado en el APPCC)