TUGT17001

Preelaboración de productos cárnicos y géneros alimenticios

Duración: 13 horas

Sector: Turismo **Subsector: Gastronomía**

Estándar de Cualificación:

1013-15-01-1-01 Operaciones de asistencia en la cocina

Competencia Específica por evaluar:

CE2 Preparar productos cárnicos, avícolas, marinos, acuícolas, vegetales, hortalizas, leguminosas, frutas y otros alimentos, para utilización culinaria inmediata o posterior, aplicando técnicas de limpieza, deshuese, porcionado, cortado, empacado al vacío y rotulado, según requisición de materias primas, lineamientos establecidos por la organización y buenas prácticas de manufactura.

La prueba de certificación de competencias se aplica, preferiblemente, en el lugar de trabajo de la persona candidata con la aprobación de la persona empleadora, o bien, en otro espacio que cumpla con las condiciones requeridas.

El tipo de evaluación de esta prueba es el marcado con ✓

Conocimiento

Consiste en responder una prueba escrita para comprobar que la persona candidata posee los conocimientos necesarios sobre el tema de la competencia que desea certificar.

Desempeño

✓ Consiste en realizar una actividad práctica mientras la persona evaluadora observa el desempeño de la persona candidata, para comprobar que aplica los conocimientos y habilidades requeridos para la competencia que desea certificar.

Evidencia histórica

Consiste en presentar documentos, certificados, trabajos, proyectos u otros resultados realizados antes de la evaluación, para comprobar la experiencia, los conocimientos o las habilidades relacionadas con la competencia que desea certificar.

Producto

Consiste en presentar un trabajo o resultado final para comprobar que cumple con los requisitos y estándares de calidad establecidos para la competencia que desea certificar.

Durante la evaluación, la persona candidata debe demostrar las siguientes capacidades

1. Reserva y almacena productos alimenticios, según los procedimientos de manipulación de alimentos.
2. Preelabora vegetales, hortalizas, leguminosas y frutas de acuerdo con los principios de buenas prácticas de manufactura.
3. Preelabora productos de res, cerdo y cordero de acuerdo con los principios de buenas prácticas de manufactura.
4. Preelabora carne de ave de acuerdo con los principios de buenas prácticas de manufactura.
5. Preelabora productos marinos y acuícolas de acuerdo con los principios de buenas prácticas de manufactura.

Requisitos para la certificación:

Generales

- Edad mínima: 18 años.
- Carné de Manipulación de alimentos vigente y extendido por el Ministerio de Salud.
- Contar con la certificación de la prueba de Certificación de Competencias "Ejecución de técnicas de higienización en las áreas operativas".

Infraestructura

- Pisos antideslizantes.
- Iluminación natural o artificial directa.
- Área de almacenaje para congelación.
- Área de almacenaje para refrigeración.
- Ventilación que permita una circulación de aire constante.
- Área de almacenaje para productos de desinfección grado alimentario.

Equipo

- 1 chaira.
- 1 puntilla.
- 1 hacha para cocina.
- 1 cuchillo para filetear.
- 1 pelador de vegetales.
- Cámaras de refrigeración.
- 1 cuchillo para deshuesar.
- 1 cuchillo de medio golpe.
- 1 piedra para afilar cuchillos.
- Bandejas de acero inoxidable.
- Mesa de trabajo de acero inoxidable.
- Bowls pequeños, medianos, grandes.
- 1 tijera para cortar productos avícolas.
- Cámaras de congelación o cuartos fríos.
- Tablas para picar grado alimentario: verde, roja, amarilla, azul o celeste o blanca.

Materiales



- Delantal.
- Limpiones.
- Papel toalla.
- Una esponja.
- Alcohol en gel.
- Papel aluminio.
- Papel adhesivo.
- Un litro de cloro.
- Chispa o fósforos.
- Gabacha o filipina.
- Jabón para manos.
- Caja de mondadientes.
- Juegos de guantes de látex.
- Rollo de pabilo o bramante.
- Caja de etiquetas adhesivas.
- Bolsas para empacar al vacío.
- Gorro o cofia para el cabello.
- Un paquete de bolsas para basura.
- Jabón lavaplatos líquido o en pasta.
- Dos cepillos para frutas y vegetales.
- Caja de bolsas con cierre hermético.
- Zapatos cerrados o botas antideslizantes.
- Cinta adhesiva corrugada (masking tape).
- Marcadores permanentes de color negro o azul.
- Recipientes para la separación y recolección de los residuos.

- 250 gramos de tocineta.
- 1 churrasco de 300 a500 gramos.
- 1 lomito de res de 1,200 a 1,800 gramos.
- 1 lomo de cerdo de 1,200 a 1,800 gramos.
- Un pollo entero de 1,800 a 2,000 gramos.
- 250 gramos de chuleta de cerdo de riñonada.
- 250 gramos de camarones.
- 1 pulpo de 250 a 800 gramos.
- 1 pescado de 700 a 1200 gramos.

- 1 unid de piña.
- 5 unid de naranjas.
- 5 unid de bananos.
- 500 gramos de fresas.
- 1,000 gramos de mango.
- 1,000 gramos de papaya.
- 1 litro de aceite de oliva.
- 500 gramos de sal marina.
- 500 gramos de sal corriente.
- 50 gramos de pimienta negra.
- 50 gramos de pimienta blanca.

- 1 lechuga.
- 1 cabeza de ajos.
- 1 chayote tierno grande.
- 2 chiles dulces medianos.
- 1000 gramos de zanahoria.
- 500 gramos de cebolla blanca o morada.
- 1 brócoli de 1000 gramos aproximadamente.
- 1 rollo de tomillo.
- 1 rollo de romero.
- 1 rollo de orégano.
- 1 rollo de albahaca.
- 250 gramos de apio.
- 50 gramos de laurel.
- 1 rollo gramos de culantro.
- 1 zuquini.
- 1 mostaza.
- 1 berenjena.
- 1 repollo pequeño.
- 1 bolsa de lentejas.
- 1 bolsa de garbanzos.
- 1 bolsa de frijoles rojos o negros.

Esta prueba forma parte de una Ruta de Titulación: esto significa que, al aprobar todas las pruebas asociadas a este estándar de cualificación y cumplir con los requisitos académicos, la persona candidata podrá solicitar el título de técnico 1. La ruta se encuentra disponible en la página web de Certificación.

Glosario

Bridar: atar o amarrar una proteína de una forma envolvente, con el fin de conseguir una cocción perfecta y que no se deforme mientras se cocina.

Chiffonade: técnica de corte de alimentos que consiste en cortar en forma de tiras finas de hoja grande como espinacas, lechugas, mostaza, entre otras, y el procedimiento suele hacerse en crudo.

Competencia específica: describe lo que una persona debe saber hacer para desempeñar satisfactoriamente una actividad profesional en un contexto determinado. Integra los conocimientos, las habilidades y las actitudes que se requieren para realizar esa actividad y responde a las necesidades del ámbito laboral y educativo.

Comunicación asertiva: es una forma de comunicación que consiste en defender los derechos, expresar las opiniones y realizar sugerencias de forma honesta, sin caer en la agresividad o la pasividad. Siempre con respeto a las otras personas y, sobre todo, hacia nuestra propia persona.

Corte batalla: corte de vegetales, frutas o hortalizas sin ninguna forma específica que se utiliza en cocina.

Desinfección: reducción del número de microorganismos a un nivel que no produzca la contaminación, mediante la aplicación de agentes químicos o métodos físicos satisfactorios desde el punto de vista higiénico.

Eficiencia energética: capacidad para obtener los mejores resultados en cualquier actividad al emplear la menor cantidad posible de recursos energéticos. De esta forma se reducen los impactos ambientales asociados a la generación de energía.

Equipo punzocortante: todo aquel equipo o utensilio que se usa en cocina y cuenta con filo para cortar, rayar o pelar un género alimenticio.

Estándar de cualificación: documento oficial que establece lo que una persona debe saber, hacer, ser y convivir para desempeñarse de manera competente en un nivel de cualificación.

Gestión ambiental: aplicación de buenas prácticas ambientales con la finalidad de controlar, evitar, mitigar o compensar los impactos ambientales que se generen antes, durante y después de los procesos asociados a la preparación de productos o servicios gastronómicos.

Inocuidad: se refiere al control de peligros asociados a los productos destinados para el consumo humano, para los cuales se aplican medidas de higiene para reducir el riesgo de contaminación.

Limpieza: eliminación o remoción física de materia orgánica (tierra, residuos de alimentos, suciedad, grasa u otras materias objetables) de una superficie, equipo u otros.

Nivel de cualificación: nivel que permite identificar el grado de formación técnica que posee una persona para desempeñarse en una ocupación o área profesional. El Marco Nacional de Cualificaciones de la Educación y Formación Técnica Profesional de Costa Rica (MNC-EFTP-CR) establece cinco niveles de cualificación: Técnico 1, Técnico 2, Técnico 3, Técnico 4 y Técnico 5.

Organización: persona o grupo de personas que tiene sus propias funciones con responsabilidades, autoridades y relaciones para lograr sus objetivos. Incluye entre otros: una persona trabajadora independiente, compañía, corporación, firma, empresa, autoridad, sociedad, asociación, organización benéfica o institución, o una parte o combinación de éstas, ya estén constituidas o no, públicas o privadas, entre otros.

Requisiciones: documento usado para registrar y tramitar los productos y cantidades que se solicitan al almacén general. En ellas debe especificarse el producto, el código de este y la cantidad requerida.

Salud ocupacional: actividad que promueve la protección de la salud de las personas activas, procura controlar los accidentes y enfermedades causados por el desempeño laboral y reduce las condiciones de riesgo.

Trabajo colaborativo o en equipo: es una forma de producir conjuntamente, bienes y servicios para crear valor, solucionar un problema o abordar una labor. Además, fomenta la reflexión, el debate y la contrastación de puntos vista para llegar a acuerdos.

Fuentes

Cervera, A. (s. f.). Salud ocupacional: qué es y qué beneficios aporta a la empresa. SIMBIOTIA. https://www.simbiotia.com/salud-ocupacional/

Chaves, C. (2022). El Instituto. Instituto Nacional de Aprendizaje. Costa Rica.

Código de cocina. (2022). Corte chiffonade: ¿qué es y cómo se hace? https://www.codigococina.com/corte-chiffonade-que-es/

Costa Rica. Poder Ejecutivo. (2012). Reglamento para los Servicios de Alimentación al Público (Alcance No. 154 a La Gaceta No. 199 del 16 de octubre de 2012). Sistema Costarricense de Información Jurídica (SCIJ). http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=73436&nValor3=90132&strTipM=TC

Forner Navarro, Pau. (s. f.). Qué es la asertividad y cómo ser asertivo. (Adaptación). https://habilidadsocial.com/asertividad-10-claves/

Instituto Nacional de Aprendizaje. (2022). El Instituto. Costa Rica.

Instituto Nacional de Normas Técnicas. (2015). INTE/ISO 9000:2015 Sistemas de Gestión de la Calidad. Fundamentos y vocabulario. INTECO.

Marco Nacional de Cualificaciones de la Educación y Formación Técnica Profesional Costa Rica. (2025). Guía para la elaboración de Estándares de Cualificación (DI MNC 02, Edición 05). MNC-EFTP-CR: Costa Rica.

Mortagua, C. (2017). Términos culinarios: ¿qué es bridar y para qué sirve? https://www.cocinayvino.com/otros/terminos-bridar/

Organización Panamericana de la Salud. (s. f.). Glosario de términos de inocuidad de alimentos. https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=10433:educacion-inocuidad-alimentos-glosario-terminos-inocuidad-de-alimentos&Itemid=41278&lang=es

Repsol. (s. f.). Los beneficios de la eficiencia energética. https://www.repsol.com/es/sostenibilidad/cambio-climatico/eficiencia-energetica/que-es-la-eficiencia-energetica/index.cshtml

Rodríguez, B. (2011). Estructuración Administrativa de la Cocina. INA. Costa Rica.