



# MÓDULO 4:

## Organización y eficiencia de la cocina

Este cuaderno complementa el módulo en línea correspondiente en Canvas y puedes usarlo como quieras. Toma nota de las cosas que quieres recordar y escribe las preguntas para tu director o para preguntar a los chefs cuando los veas para la formación práctica. Todos los videos, folletos y actividades están en línea en Canvas.



# Para todos los demás programas de asistencia de nutrición del FNS, agencias estatales o locales y sus subreceptores, deben publicar la siguiente Declaración de No Discriminación:

De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA), esta entidad está prohibida de discriminar por motivos de raza, color, origen nacional, sexo (incluyendo identidad de género y orientación sexual), discapacidad, edad, o represalia o retorsión por actividades previas de derechos civiles.

La información sobre el programa puede estar disponible en otros idiomas que no sean el inglés. Las personas con discapacidades que requieren medios alternos de comunicación para obtener la información del programa (por ejemplo, Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas americano (ASL), etc.) deben comunicarse con la agencia local o estatal responsable de administrar el programa o con el Centro TARGET del USDA al (202) 720-2600 (voz y TTY) o comuníquese con el USDA a través del Servicio Federal de Retransmisión al (800) 877-8339.

Para presentar una queja por discriminación en el programa, el reclamante debe llenar un formulario AD-3027, formulario de queja por discriminación en el programa del USDA, el cual puede obtenerse en línea en: <https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/ad-3027s.pdf>, de cualquier oficina de USDA, llamando al (866) 632-9992, o escribiendo una carta dirigida a USDA. La carta debe contener el nombre del demandante, la dirección, el número de teléfono y una descripción escrita de la acción discriminatoria alegada con suficiente detalle para informar al Subsecretario de Derechos Civiles (ASCR) sobre la naturaleza y fecha de una presunta violación de derechos civiles. El formulario AD-3027 completado o la carta debe presentarse a USDA por:

1. **correo:**  
U.S. Department of Agriculture  
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights  
1400 Independence Avenue, SW  
Washington, D.C. 20250-9410; o
2. **fax:**  
(833) 256-1665 o (202) 690-7442; o
3. **correo electrónico:**  
[Program.Intake@usda.gov](mailto:Program.Intake@usda.gov)

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Este proyecto se ha financiado, al menos en parte, con fondos federales del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. El contenido de esta publicación no refleja necesariamente la opinión ni las políticas del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, ni tampoco hace mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones implica el respaldo del Gobierno de los Estados Unidos.



**Recuerda:**

**¡Empieza con el cuestionario previo en Canvas!**

**¡Ole! Has completado tres módulos hasta ahora. Ya casi has acabado y estás listo/a para asistir a la formación práctica en persona con los chefs.**

**Pero antes, no olvides finalizar este importante módulo sobre organización y eficiencia en la cocina.**



# ORGANIZACIÓN DE LA COCINA

## Descripción:

En este módulo, los participantes aprenderán a aumentar la eficiencia en la cocina a través de la «mise en place», la organización de las zonas de almacenamiento y los puestos de trabajo, ¡además de trucos de cocina!

---

## Códigos de aprendizaje de los estándares profesionales:

2130 - Habilidades culinarias

2510 - Gestión de inventario

2620 - Seguridad alimentaria: aspectos generales

---

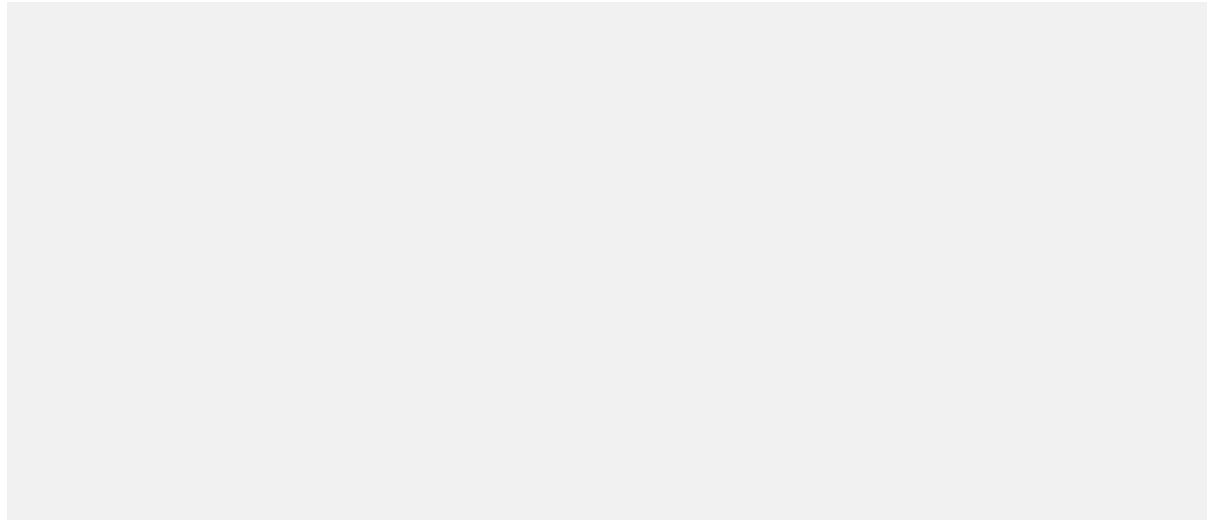
## Objetivos:

- Definir la «mise en place» (todo en su lugar).
- Demostrar la eficacia de la «mise en place».
- Explicar la importancia de la organización del almacenamiento.
- Describir las mejores prácticas para la organización del almacenamiento.
- Explicar cómo organizar los espacios de trabajo.
- Identificar trucos de cocina para aumentar la eficiencia de la cocina.



## « MISE EN PLACE »

¿Practicas la «mise en place»? Escucha la presentación en vídeo o lee la transcripción y reflexiona lo que impide que tu equipo use este método. ¿Qué debes cambiar en tu programa para implementar la «mise en place»? Si tu equipo utiliza «mise en place», ¿qué beneficios aprecias? Apunta tus ideas abajo.



¡Vídeo extra! Mira al chef Andy y al chef Lindsey enfrentarse cara a cara y descubre quién gana el debate «mise en place».

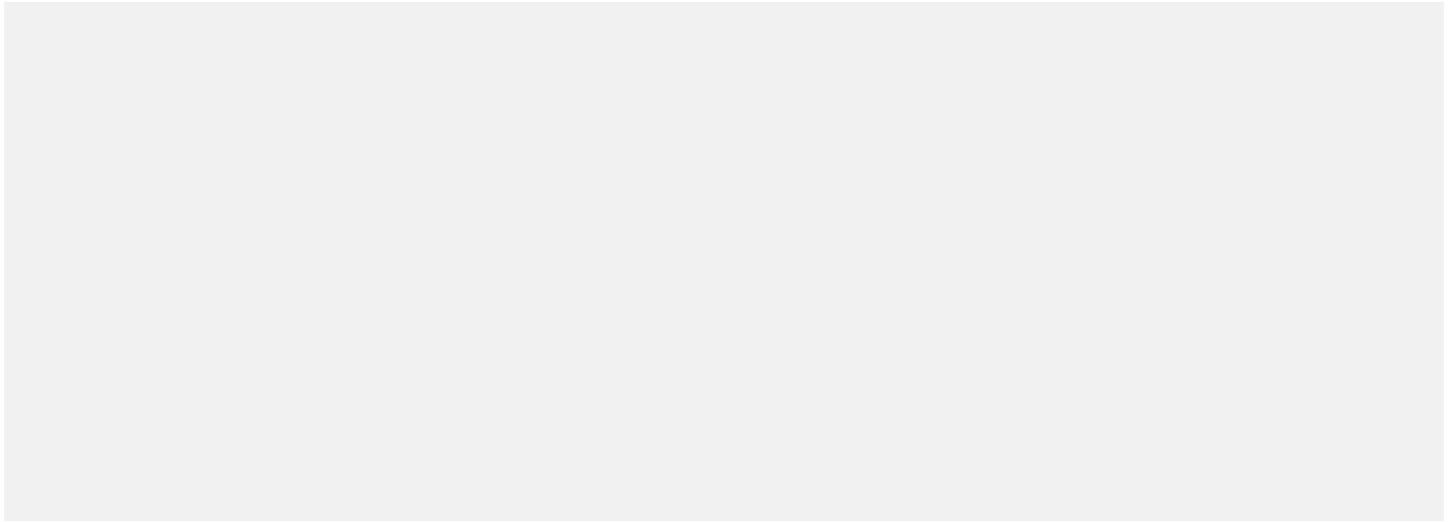
### ¿Tienes todo listo? ¡Hagamos la «Mise en place»!

Para esta actividad, mira la receta de bol de pollo tailandés con calabacín. La receta figura en el menú del miércoles. ¿Cómo se puede preparar bien? ¿Cómo harías la «mise en place»? Rellena los pasos en los espacios facilitados en la página siguiente a la receta.

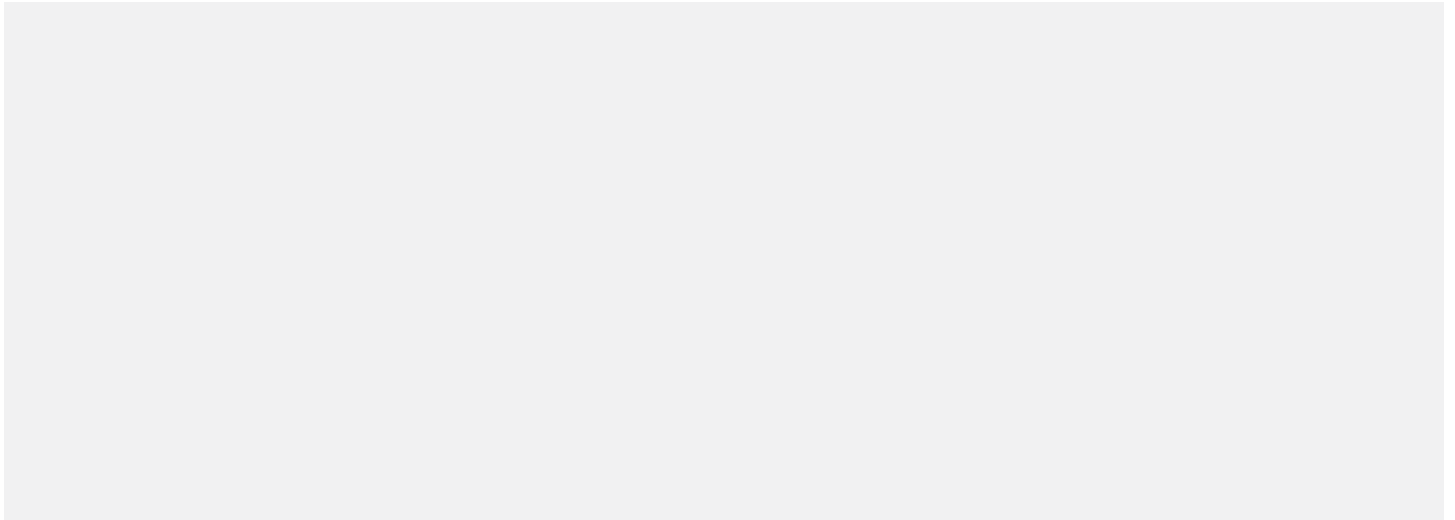
*Nota: no incluyas los pasos para el arroz con cilantro y lima.*

<b>Bol de pollo tailandés con calabacín</b>		Número de raciones: 40. Tamaño de la ración: cada una.
<b>Ingredientes</b>	<b>Medidas</b>	<b>Preparación</b>
Pollo: en dados, cocido o congelado, zanahorias congeladas, escurridas o sin sal	5 lbs 2 lbs (congeladas y en dados)	Descongelar el pollo cortado en dados y las zanahorias por la noche en el refrigerador.
Arroz con cilantro y lima	40 (1/2 taza)	Preparar 40 raciones de arroz con cilantro y lima según la receta 825062. Tapar y guardar hasta la hora de servir. <b>CCP:</b> calentar a 135 °F o más. <b>CCP:</b> mantener a 135 °F o más.
Calabaza de verano, calabacín con piel, cebolla sin sal	2 lbs 2 lbs (fresca y en dados)	Lavar y frotar ligeramente el calabacín bajo el grifo; cortar el calabacín en dados grandes de ½ pulgada. Lavar las cebollas bajo el grifo, cortarlas por la mitad, pelarlas y cortarlas en dados grandes de ½ pulgada.
Ajo granulado, pimienta negra, jengibre molido, mezcla de aceite de oliva 90/10	1 cdta. 1/2 cdta. (molida) 1/4 de cdta. 2 cdas.	Colocar el calabacín, las zanahorias descongeladas y las cebollas cortadas en dados en un bol grande. Sazonar con ajo en polvo, pimienta negra y jengibre. Remover con aceite hasta cubrir. Pulverizar la bandeja de tamaño normal con desmoldeante de bandejas. Colocar las verduras sazonadas en una bandeja. Asar en el horno a 350 F en ventilador alto durante unos 9 minutos hasta que las cebollas estén translúcidas y las verduras estén crujientes, tiernas o «al dente». <b>CCP:</b> calentar a 135 °F o más. <b>CCP:</b> mantener a 135 °F o más.
		Hacer al vapor 5 lbs de pollo cocido descongelado y en dados en una fuente de vapor de 2 pulgadas cubierta con una tapa o papel de aluminio de 5 a 7 minutos. <b>CCP:</b> calentar a 135 °F o más. <b>CCP:</b> mantener a 135 °F o más.
Salsa de chile dulce, salsa Teriyaki	3 tazas 1/2 taza	Mezclar la salsa de chile dulce tailandesa y la salsa teriyaki. Justo antes de servir, saltear el pollo y las verduras en la mezcla de chile dulce tailandés y salsa teriyaki. Poner 1/2 taza de arroz con cilantro y lima en un bol y cubrir con 2/3 de taza de la mezcla de pollo y verduras usando el racionador 6. <b>CCP:</b> mantener para servicio en caliente a 135 °F o más.

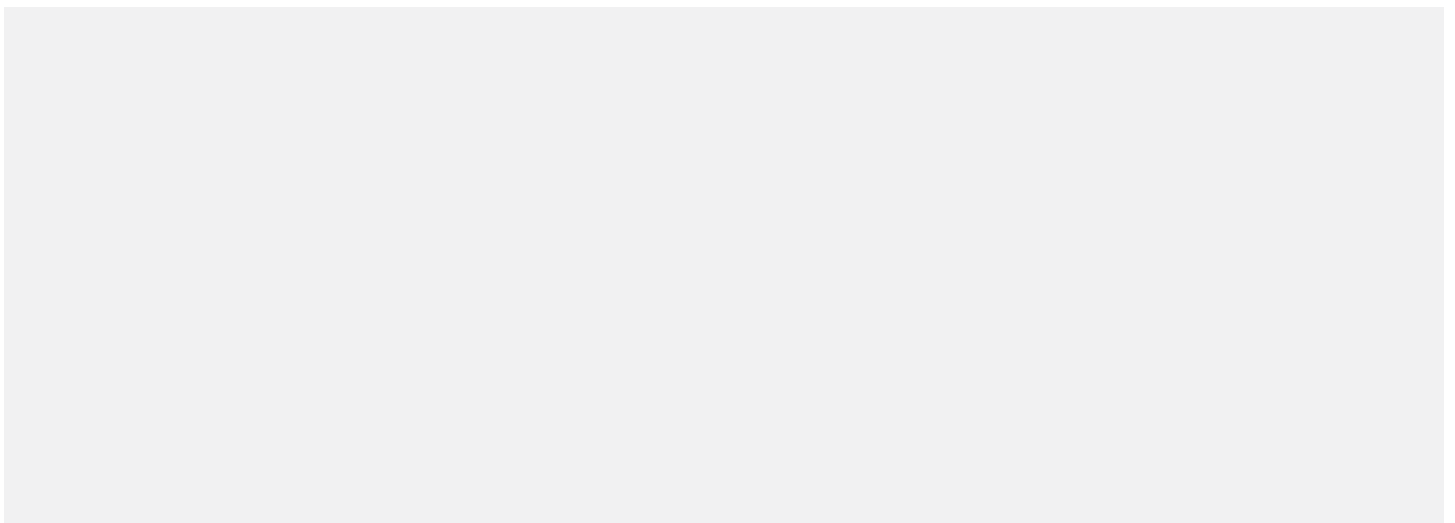
Tareas del día anterior:



Ingredientes que hay que preparar:



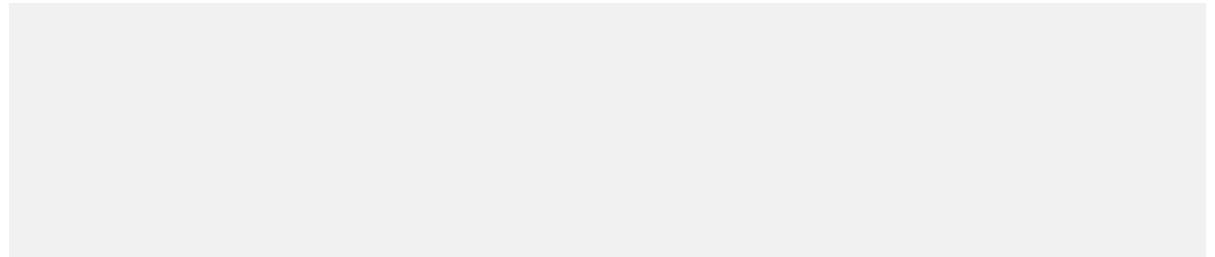
Pequeños utensilios necesarios:



Comprueba tus respuestas con la clave de respuestas que figura al final del cuaderno.

# CÓMO ORGANIZAR LOS ESPACIOS DE ALMACENAMIENTO

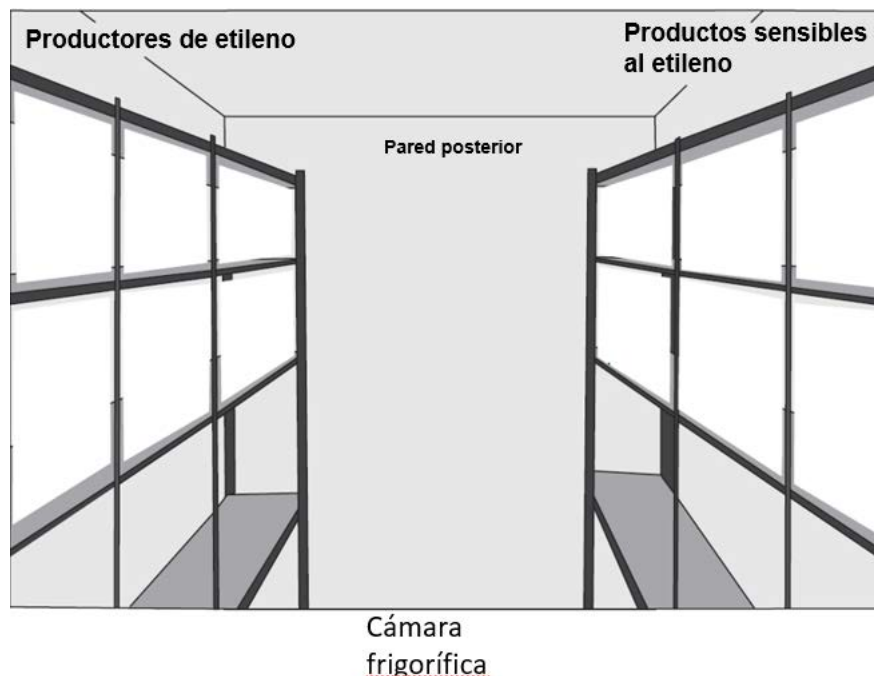
¿Quieres ser más eficiente? Quizá la clave de tu programa sea organizarse mejor. Escucha la presentación en vídeo o lee la transcripción para aprender a organizar mejor tus espacios de almacenamiento. A continuación, apunta algunas áreas en las que tu programa funciona bien y qué áreas pueden mejorarse con una mejor organización.



## Actividad de organización de la cámara refrigerador

Coloca estos productos en el lugar correcto del diagrama en blanco de tu cuaderno. ¡No olvides consultar el póster del ICN que te mostramos anteriormente (también se carga en Canvas)!

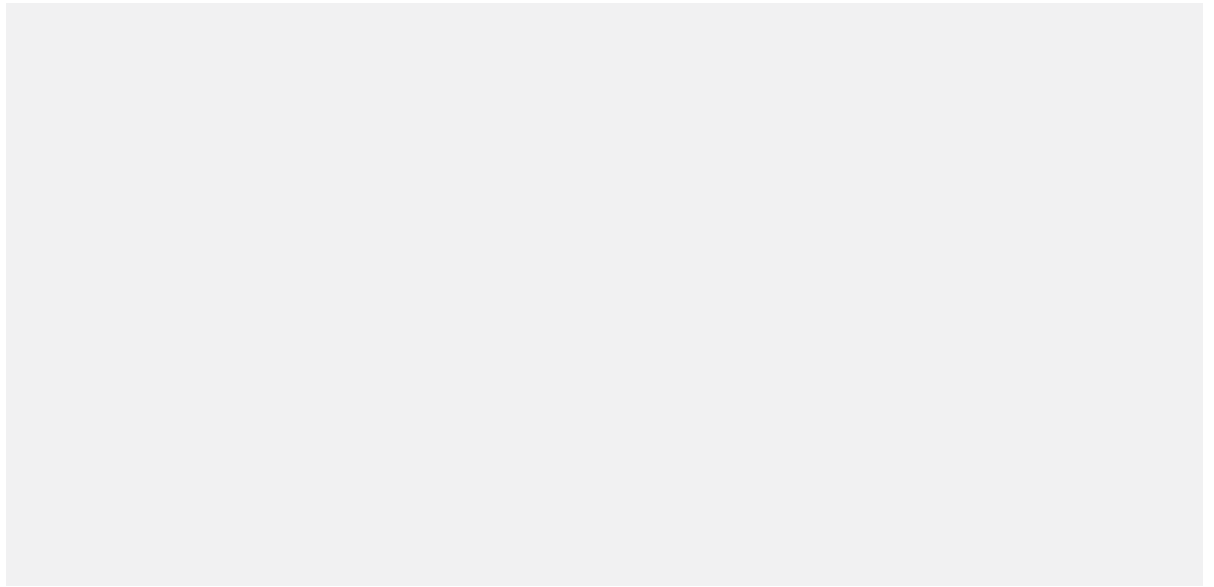
- |               |                       |
|---------------|-----------------------|
| 1. Repollo    | 7. Calabaza de verano |
| 2. Pepinos    | 8. Brócoli            |
| 3. Mandarinas | 9. Pimientos          |
| 4. Lechuga    | 10. Productos frescos |
| 5. Mangos     | 11. Duraznos          |
| 6. Pomelo     | 12. Manzanas          |





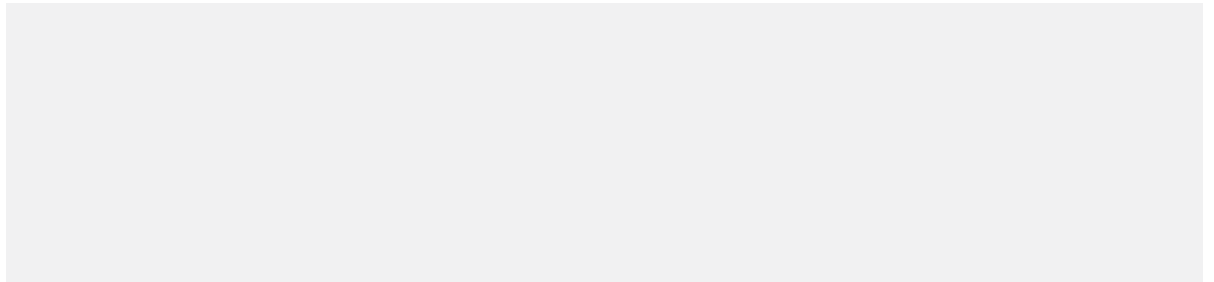
## EFICIENCIA DE LA COCINA

Además de organizarse mejor, hay otras formas de aumentar la eficiencia en la cocina. Esta sección enseña formas sencillas pero eficaces de hacer las cosas cotidianas de manera diferente. A continuación, te mostraremos nuestros trucos de cocina favoritos. ¿Cuáles quieres probar con tu personal?

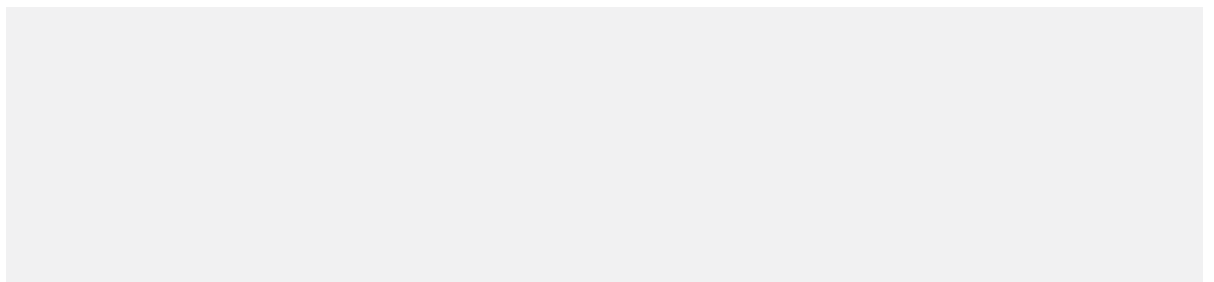


### La estrella de los trucos de cocina

1. ¿Tienes un truco de cocina? Escribe los pasos del truco y adjunta una foto o un vídeo del truco de cocina en acción. ¡Puedes la próxima estrella de los trucos de cocina!



2. Si no conoces ninguno, indica tu truco favorito de la presentación que acabas de ver. ¡Te animamos a que nos envíes un vídeo o una foto poniendo en práctica el truco!





**Cuestionario posterior:  
mira lo que has aprendido.  
¡Realiza el cuestionario posterior!**

**Has llegado al final de los cuatro  
módulos. ¡Enhorabuena! Recibirás  
un certificado de participación si has  
completado todas las actividades y  
realizado todos los cuestionarios  
previos y posteriores.**

# Clave de respuestas de ¿Tienes todo listo? ¡«Mise en place»! Actividad

## Tareas del día anterior:

Descongela los ingredientes

- Descongela el pollo y las zanahorias por la noche en el frigorífico. Al descongelarlas verduras, asegúrate de que estén en una bandeja perforada o tengan espacio para escurrir el líquido.

## Ingredientes que hay que preparar:

Prepara los ingredientes para la rápida puesta en marcha y asegúrate de que dispones de los pesos y medidas adecuados.

- Pesa el calabacín y la cebolla.
- Mide previamente el ajo, la pimienta y el jengibre en un bol pequeño de preparación.
- Mide previamente el aceite y las salsas.

## Pequeños utensilios necesarios:

- Báscula en libras
- Medida de cucharadita
- Medida de 1/2 cucharadita
- Medida de 1/4 cucharadita
- Medida de 1 cucharada
- Medida de 1 taza de líquido
- Tabla de cortar
- Cuchillo de chef
- Bol de mezcla grande
- Colador
- Bandeja de horno
- Bandeja de 2 pulgadas para cocinar al vapor con tapa
- Aerosol para el desmolde
- Racionador 8 para el servicio
- Racionador 6 para el servicio