



Assistente di cucina

Progetto Numero: 2020-1-DE02-KA202-007465



Cofinanziato dal
programma Erasmus+
dell'Unione europea

Assistente di cucina

Titolo del progetto: Formazione
innovativa e pratica per lavori poco
qualificati e migranti

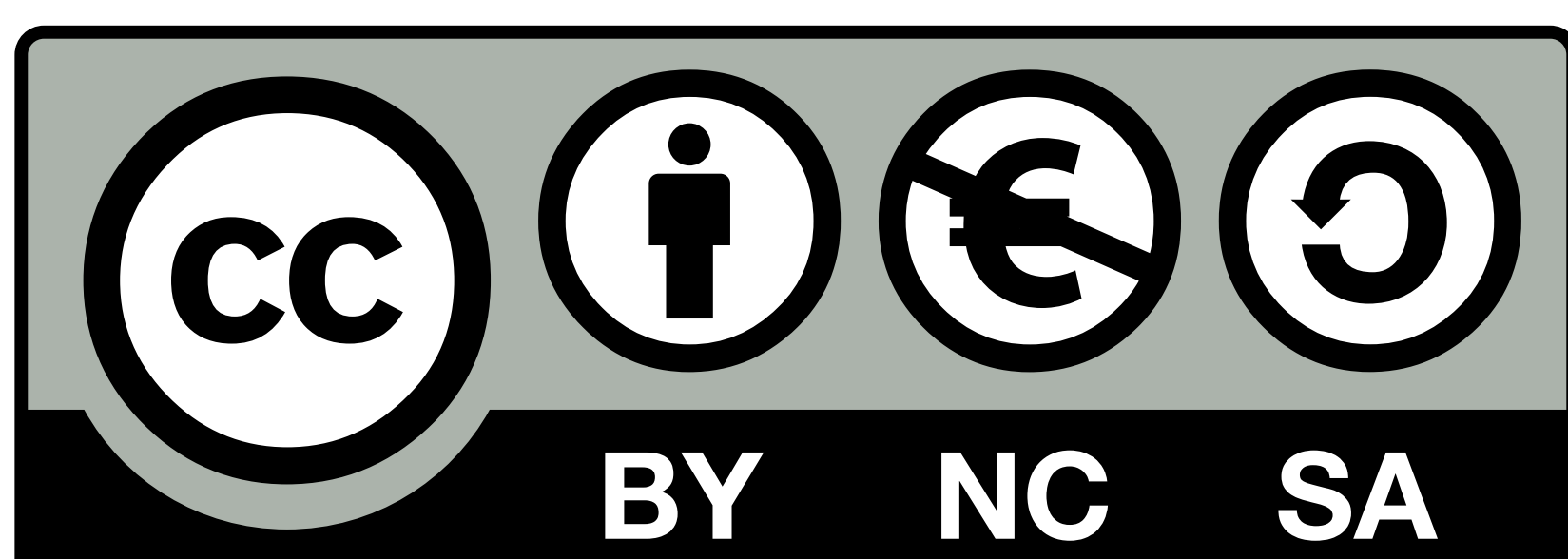
Obiettivo principale del progetto:

Il nostro obiettivo è fornire a voi,
formatori o educatori, gli strumenti
giusti per creare l'ambiente giusto
affinché i vostri studenti possano
prosperare sia in classe, ma soprattutto,
sul mercato del lavoro, dopo aver
completato le lezioni.



Cofinanziato dal
programma Erasmus+
dell'Unione europea

Il sostegno della Commissione europea alla produzione di questa pubblicazione non costituisce un'approvazione del contenuto, che riflette esclusivamente il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta responsabile per l'uso che può essere fatto delle informazioni ivi contenute.



Some materials, referred to in copyright law as “works”, are published under a Creative Commons Licence (licence type: Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0)) and may be used by third parties as long as licensing conditions are observed. Any materials published under the terms of a CC Licence are clearly identified as such.

© This article was published by ip4j.eu under a Creative Commons Licence. For more information, please visit www.bibb.de.

link to the direct Internet address (URL) of the material in question:

<https://ip4j.eu/>

link to the Creative Commons Licence referred to:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

link to the BIBB page containing licence information:

<https://www.bibb.de/cc-lizenz>

Contents

ISCO 08 Occupation	5
Descrizione del lavoro	6
Descrizione delle funzioni	7
Condizioni di lavoro	8
Requisiti del titolare del posto di lavoro	9
Preparazione dei funghi per la griglia	10
Taglare la carne	13
Tagliare il fegato	16
Preparazione di un’insalata	19
Tagliare la cipolla	23
Preparare la cotoletta	26
Preparazione delle uova fritte	29
Preparazione della tortilla	32
Preparazione di un burger e di un hot dog	36
Preparazione della salsa	39
Preparazione del dolce	42
Preparare il cibo da asporto	45
Preparazione dei panini	50
Mettere su la lavastoviglie	53
Links:	56

Titolo di lavoro

Assistente di cucina

ISCO 08 Occupation

Assistenti alla preparazione dei
cibi 941

Descrizione del lavoro

L'assistente di cucina è una professione all'interno del settore produttivo (cucina) situata in un'unità alimentare autonoma o parte di un complesso alberghiero, unità di ristorazione, ma anche in negozi, unità volanti, mercati permanenti o semipermanenti.

Descrizione delle funzioni

- Movimentare le materie prime e ausiliarie dai magazzini alla sezione di produzione (cucina).
- Verificare la scadenza degli alimenti e comunicare al superiore quando sono al limite della scadenza minima indicata sull'etichetta del prodotto.
- Preparare la materia prima per la cottura: cernita, lavaggio, pulizia, taglio, scottatura, frittura, scongelamento, secondo le indicazioni fornite dal cuoco.
- Pulire i piatti e gli utensili utilizzati in cucina e riporli correttamente.
- Pulire le attrezzature tecnologiche e mantenere l'attuale pulizia della cucina e degli annessi.
- Eseguire semplici operazioni di riscaldamento "pronto da servire".
- Partecipare attivamente alle operazioni di sanificazione e seguire le procedure HACCP.
- Confezionare preparazioni culinarie destinate alla consegna al banco o al domicilio dell'acquirente.

Condizioni di lavoro

Un assistente di cucina svolge un ruolo fondamentale in una cucina commerciale lavorando a stretto contatto con il capo chef o cuoco. Il loro compito è assistere nella preparazione e nella preparazione dei piatti, il che implica seguire le istruzioni dello chef, tritare e tagliare gli ingredienti, mescolare e condire il cibo e svolgere altri compiti necessari in cucina. Sono inoltre responsabili del mantenimento della pulizia e dell'ordine nell'area di lavoro.

Questo lavoro richiede una serie di competenze e abilità. È importante avere una conoscenza di base della cucina, come la manipolazione degli utensili e delle tecniche culinarie, nonché un buon senso del gusto e della presentazione dei piatti. Inoltre, è necessaria la capacità di lavorare in gruppo, comunicare in modo efficace con gli altri membri del personale di cucina e mantenere un flusso di lavoro efficiente.

L'organizzazione e la pianificazione sono essenziali per un assistente di cucina, in quanto devono garantire che gli ingredienti e gli utensili siano disponibili e pronti per l'uso. È inoltre necessario seguire rigorosamente le norme igieniche e di sicurezza alimentare, garantendo la qualità e la sicurezza dei piatti in preparazione.

L'ambiente di lavoro di un assistente di cucina può essere impegnativo. Possono dover affrontare orari irregolari, lavorare sotto pressione durante i periodi di forte domanda e adattarsi a un ambiente caldo e frenetico. Pertanto, è essenziale avere resistenza allo stress, essere in grado di prendere decisioni rapide e mantenere la calma in situazioni difficili.

Requisiti del titolare del posto di lavoro

- età: non inferiore a 16 anni
- conoscenze di base nell'uso degli utensili da cucina
- motivazione e interesse per il lavoro
- capacità di ascolto attivo e attenzione, in quanto è essenziale essere attenti alle istruzioni e alle linee guida del capo chef o del cuoco per una comunicazione efficace e un ambiente di lavoro armonioso

Unità 1 Preparazione dei funghi per la griglia

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- selezionare i funghi
- pulire i funghi
- tagliare i funghi
- preparare i funghi per la griglia



Strumenti necessari

coltello, ciotola/tazza, piatto



Ingredienti necessari

sale, pepe, olio, acqua



Fasi di lavoro

1. Scegliere e preparare gli strumenti: coltello, piatto ..., pentola
2. Pulire ogni fungo
3. Tagliare ogni fungo seguendo le istruzioni
4. Preparare e scegliere gli ingredienti: sale, olio, prezzemolo.



Unità 2 **Taglare la carne**

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- selezionare la carne
- tagliare la carne



Strumenti necessari

coltello, tagliere



Ingredienti necessari

carne



Fasi di lavoro

1. Scegliere e preparare gli strumenti (coltello)
2. Tagliare la carne a fette larghe 2-3 cm
3. Tagliare le fette di carne a cubetti



Unità 3 Tagliare il fegato

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- selezionare il fegato
- tagliare il fegato



Strumenti necessari

coltello, tagliere, ciotola di metallo



Ingredienti necessari

fegato



Fasi di lavoro

1. Affilare i coltelli
2. Tagliare a strisce i pezzi di fegato lavati
3. Tagliare in piccoli pezzi
4. Tagliare a strisce larghe
5. Riempire la ciotola di metallo



Unità 4 Preparazione di un'insalata

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- selezionare gli ingredienti
- tagliare il cavolo
- tritare il prezzemolo
- mescolare gli ingredienti



Strumenti necessari

guanti, coltello, tagliere, griglia per verdure



Fasi di lavoro

cavolo, succo di carota, carota, olio vegetale, prezzemolo, pepe



Fasi di lavoro

1. Indossare i guanti
2. Dividere il cavolo bianco
3. Tagliare in pezzi maneggevoli
4. Mettere su una griglia per verdure
5. Grattugiare a strisce sottili
6. Aggiungere il succo di carota e mescolare
7. Aggiungere olio vegetale
8. Aggiungere il pepe
9. Mescolare bene
10. Aggiungere le carote grattugiate in piccole porzioni
11. Mescolare con il cavolo bianco
12. Raccogliere i gambi di prezzemolo
13. Tagliare le foglie in piccoli pezzi
14. Rimuovere i gambi del prezzemolo
15. Tagliare le foglie a pezzetti
16. Aggiungere il prezzemolo per guarnire l'insalata



Unità 5 **Tagliare la cipolla**

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- selezionare la cipolla
- tagliare la cipolla nel modo giusto



Strumenti necessari

guanti, coltello, tagliere, recipiente



Ingredienti necessari

cipolle



Fasi di lavoro

1. Indossare i guanti
2. Tagliare a metà le cipolle
3. Affettare
4. Tagliare le fette a cubetti
5. Raccogliere in un recipiente



Unità 6 **Preparare la cotoletta**

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- selezionare la carne
- impanare la carne
- friggere la carne



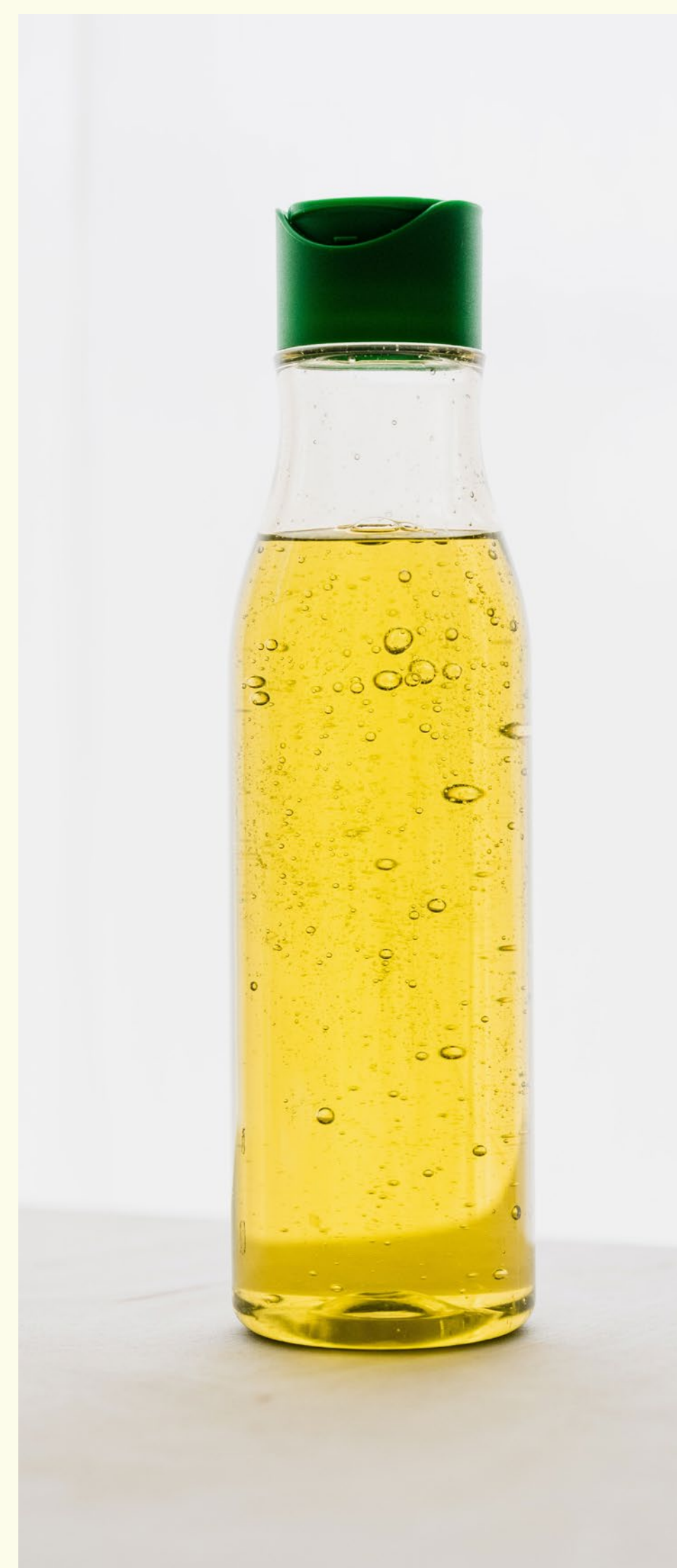
Strumenti necessari

padella, spatola, ciotola di metallo



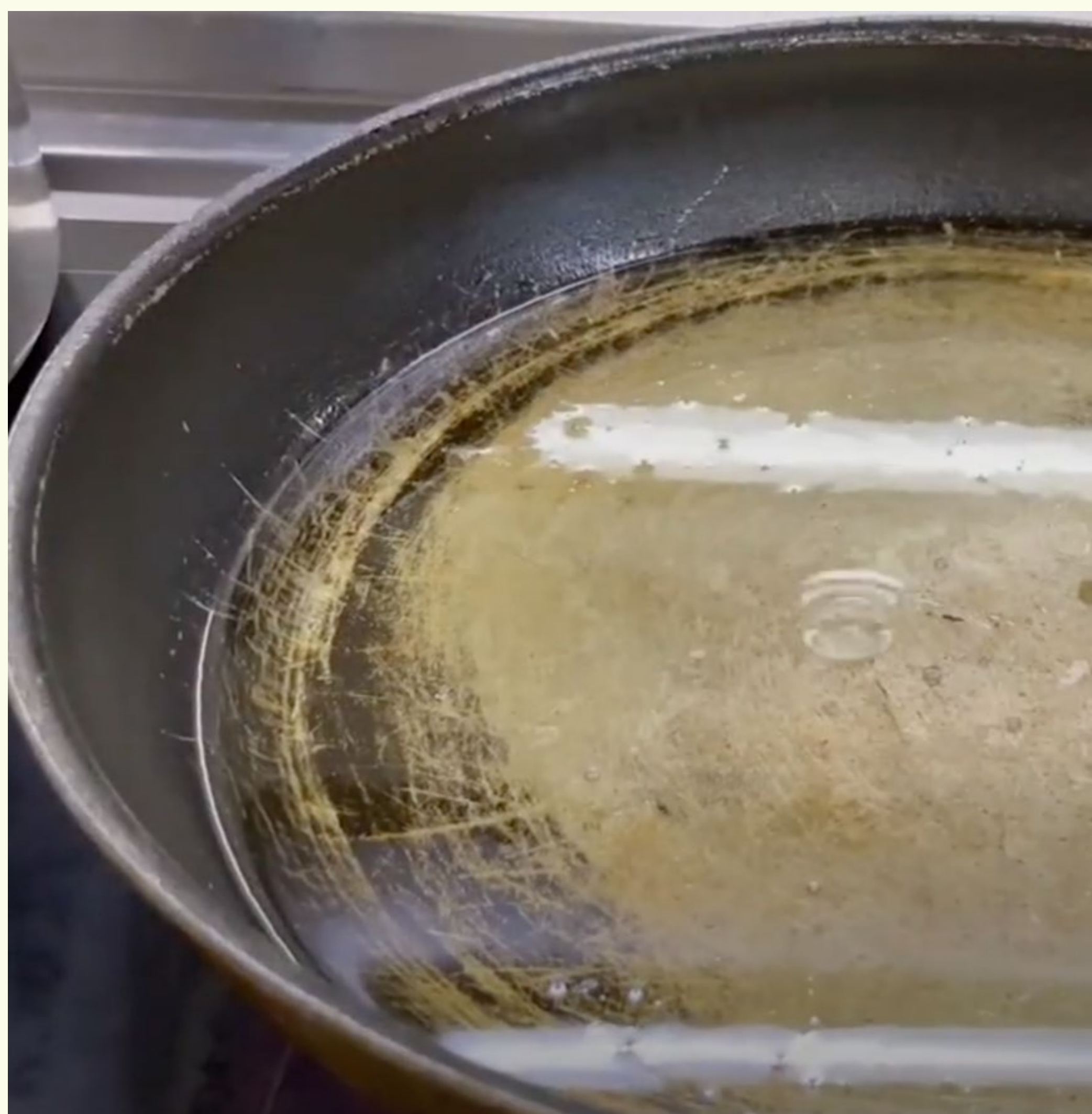
Ingredienti necessari

carne, pangrattato, uovo, oliol



Fasi di lavoro

1. Impanare la carne con uovo e pangrattato
2. Scaldare l'olio in una padella
3. Friggere le scaloppine impanate nell'olio
4. Girare le scaloppine



Unità 7 Preparazione delle uova fritte

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- selezionare le uova
- friggere le uova



Strumenti necessari

padella, spatola



Ingredienti necessari

uova, olio



Fasi di lavoro

1. Rompere le uova
2. Distribuire 4 pezzi in una teglia
3. Friggere a fuoco medio
4. Separare e aggiungere l'olio di cottura
5. Friggere fino a quando l'albume non è sodo



Unità 8 **Preparazione della tortilla**

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- selezionare gli ingredienti
- friggere tutti gli ingredienti
- girare e cuocere la tortilla



Strumenti necessari

padella, spatola



Ingredienti necessari

cipolla, pancetta, uova, olio, patate



Fasi di lavoro

1. Preparare gli ingredienti
2. Tritare le cipolle
3. Tagliare la pancetta a dadini
4. Friggere le patate
5. Sbattere le uova
6. Aggiungere le cipolle tritate e la pancetta a dadini in una padella con olio caldo
7. Friggere con movimenti saltuari
8. Friggere fino a leggera traslucidità
9. Aggiungere le patate fritte
10. Girare con attenzione
11. Friggere fino a doratura
12. Aggiungere le uova sbattute
13. Aggiungere il sale
14. Friggere l'uovo
15. Distribuire bene l'uovo fino a quando non è ancora asciutto
16. Controllare la consistenza
17. Girare



Unità 9 Preparazione di un burger e di un hot dog

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- selezionare l'hamburger e le salsicce
- selezionare il pane
- cuocere l'hamburger e le salsicce
- servire l'hamburger e l'hot dog



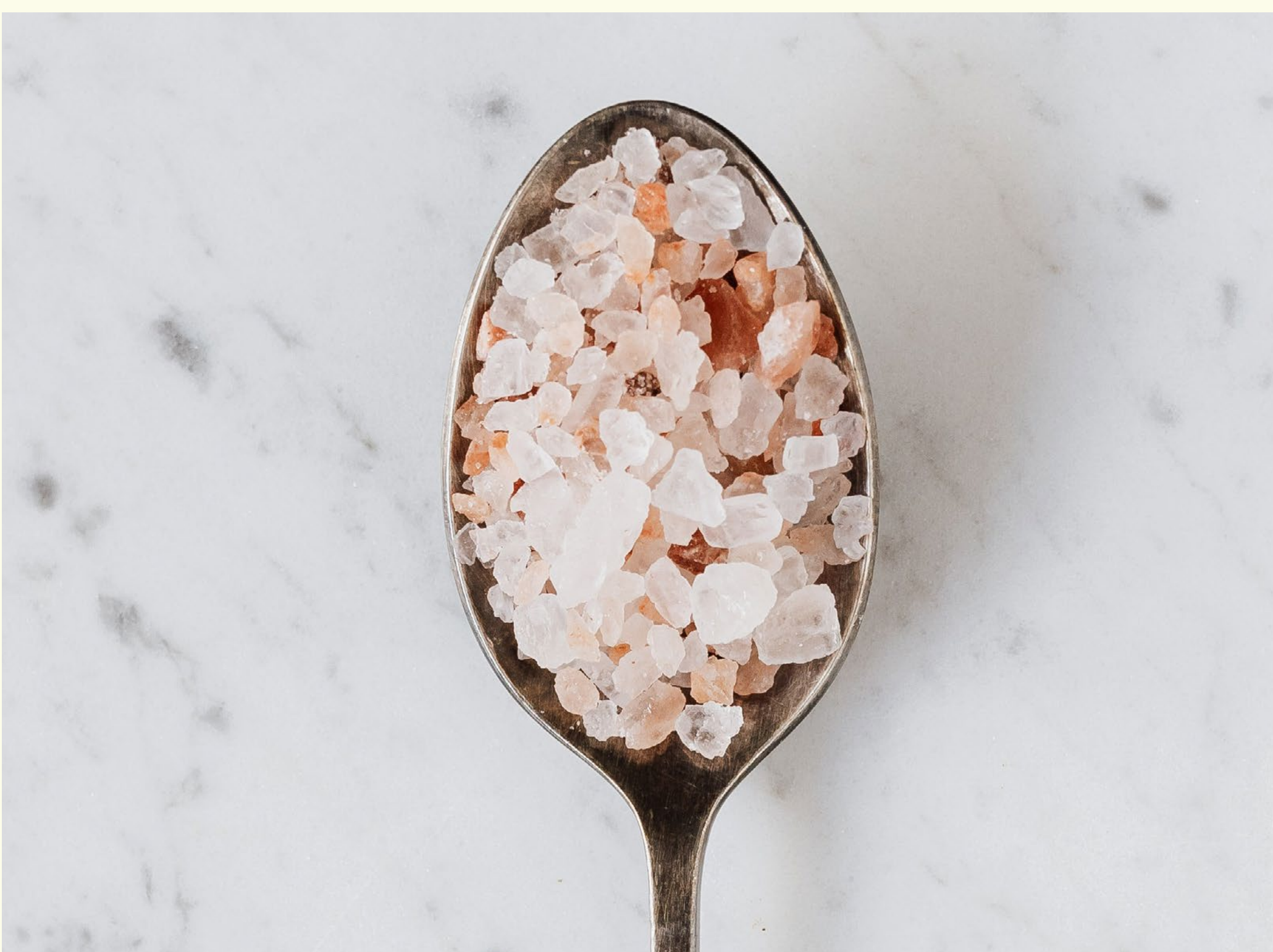
Strumenti necessari

coltello, piatto, spatola,



Ingredienti necessari

sale, olio



Fasi di lavoro

1. Per prima cosa, puliamo e asciughiamo le mani
2. Preparare gli ingredienti necessari per preparare un hamburger e un hot dog
3. Preparazione degli utensili da cucina
4. Mettere gli hamburger e le salsicce su una piastra, precedentemente accesa per raggiungere la giusta temperatura
5. Cuocere finché non assume un colore abbrustolito
6. Preparare il pane con l'hamburger
7. Preparare il pane con le salsicce
8. Infine, pulire tutti gli utensili



Unità 10 Preparazione della salsa

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- preparare una salsa



You
Tube

Strumenti necessari

padella, contenitore



Ingredienti necessari

carne fritta, acqua



Fasi di lavoro

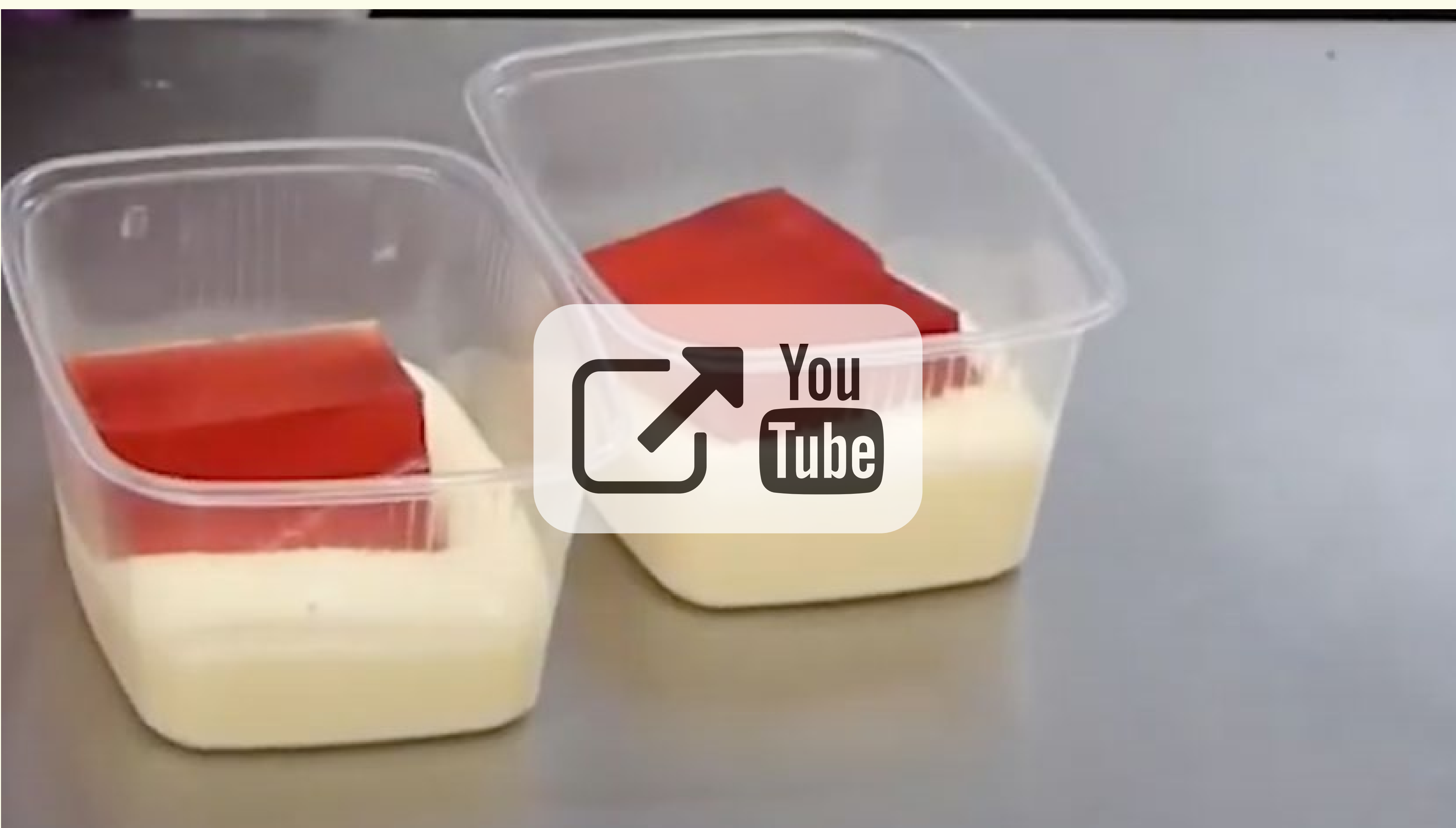
1. Rimuovere i pezzi di carne fritti
2. Staccare gli scarti della padella con acqua fredda
3. Mescolare e raccogliere in un contenitore



Unità 11 Preparazione del dolce

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- preparare il dessert



Strumenti necessari

ciotole, mestolo



Ingredienti necessari

salsa alla vaniglia, gelatina



Fasi di lavoro

1. Riempire con la salsa alla vaniglia
2. Tagliare la gelatina a pezzi
3. Versare nelle ciotole
4. Chiudere bene con un coperchio



Unità 12 Preparare il cibo da asporto

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- riempire ogni recipiente con ingredienti diversi



Strumenti necessari

contenitori di plastica/cartone



Ingredienti necessari

Patate fritte, purè di patate, piselli, cotoletta, uova fritte, insalata di contorno, peperoni ripieni



Fasi di lavoro - 1a porzione

1. Rifornire di patatine fritte
2. Ricoprire con la maionese
3. Riempire con i piselli
4. Aggiungere la salsa
5. Aggiungere cotoletta con uovo fritto
6. Aggiungere un secondo uovo fritto
7. E chiudere



Fasi di lavoro - 2a porzione

8. Rifornire di patatine fritte
9. Ricoprire con la maionese
10. Aggiungere due cotolette
11. Aggiungere la salsa
12. Aggiungere i piselli
13. Chiudere con cura



Fasi di lavoro - 3a porzione

14. Rifornire di purè di patate
15. Completare con l'insalata di contorno
16. Aggiungere il peperone ripieno e la salsa
17. Chiudere



Unità 13 Preparazione dei panini

Obiettivi di apprendimento

- selezionare e preparare gli strumenti
- ricoprire con i diversi ingredienti
- servire gli involtini



Strumenti necessari

coltello



Ingredienti necessari

pomodori, fette di formaggio, insalata, fette di salame,
prezzemolo



Fasi di lavoro

1. Tagliare il pomodoro a fette
2. Ricoprire con insalata e fette di formaggio
3. Ricoprire con fette di salame
4. Ricoprire con altre fette di formaggio
5. Ricoprire con i pomodori
6. E decorare con il prezzemolo



Unità 14 **Mettere su la lavastoviglie**

Obiettivi di apprendimento

- Preparare i piatti
- Accendere la lavastoviglie
- Asciugare i piatti



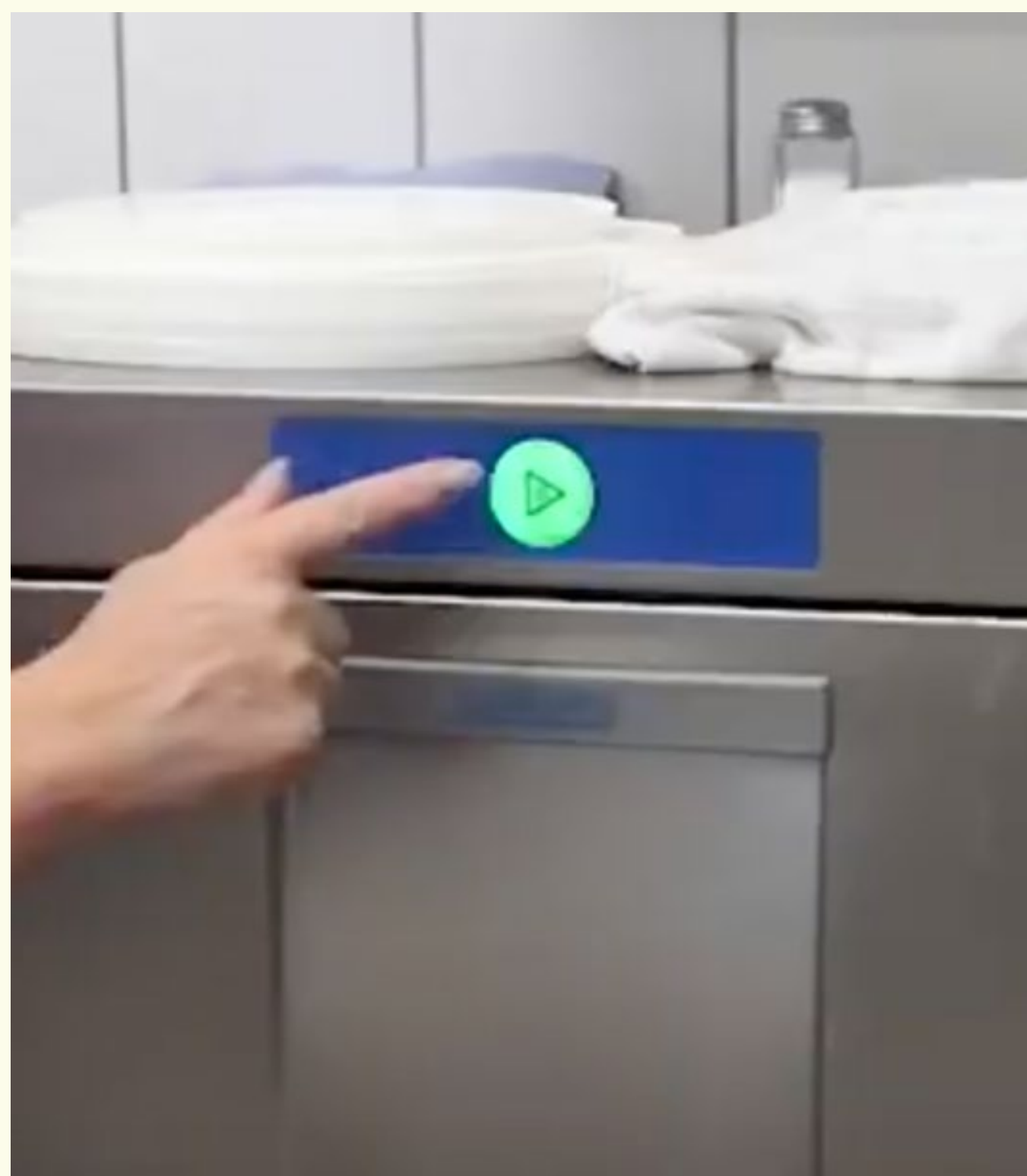
Strumenti necessari

lavastoviglie, cestello di risciacquo, asciugamani



Fasi di lavoro

1. Pre-pulire i contenitori sporchi
2. Pre-risciacquo con acqua
3. Premere il pulsante di avvio
4. Display blu: la lavastoviglie sta lavando
5. Display verde: lavastoviglie pronta per il cambio
6. Rimuovere il cestello di risciacquo
7. Ricarica della lavastoviglie
8. Contenitori lavati a secco
9. Asciugare le posate con lo strofinaccio



Links:

Come to Work With Me | Life as a Kitchen Assistant

<https://www.youtube.com/watch?v=nXN3KvF0imY>

What's it like to be a Kitchen Assistant?

https://www.youtube.com/watch?v=_TuusKbRZEQ

Kitchen Assistant Training Program

<https://www.youtube.com/watch?v=oNrcAZwdwGQ>

5 Kitchen Helper Interview Questions with Answer Examples

<https://www.youtube.com/watch?v=bbgf-hWpRvs>

Kitchen Helper/ Kitchen Assistant Interview Questions and Answers

https://www.youtube.com/watch?v=u__3l_itdPg

22 Dishwashing Best Practices (English)

<https://www.youtube.com/watch?v=SZqAzTYgAds>

Job Of The Week - Episode #103 - Kitchen Assistant

<https://www.youtube.com/watch?v=CWSHaYXAIVw>

Kitchen Helper + Kitchen Assistance Job Description | Top

Duties, Requirements and responsibilities

<https://www.youtube.com/watch?v=24cj6TC1aXQ>

Cook Helper | Cutting video | Romania

<https://www.youtube.com/watch?v=Wt5Z7Bq7Ruo>

Duties and responsibilities of the kitchen assistant

<https://www.youtube.com/watch?v=LmLr6gDf5ok>

5 Most Important Questions and Answer Cook Assistant Cook Kitchen Helper

<https://www.youtube.com/watch?v=Z9KyoVx75zM>

Kitchen Helper Shyam Shrestha Europe

<https://www.youtube.com/watch?v=BP1rGEaDtJY>

English vocabulary - 100 kitchen items

<https://www.youtube.com/watch?v=4kcvmGJ0LFE>

List Of 70 Essential KITCHEN UTENSILS In English | English Vocabulary

<https://www.youtube.com/watch?v=H0CJOZoBwag>

Kitchen hand course: How to boil potatoes

<https://www.youtube.com/watch?v=L0s3Snf0diw>

Kitchen hand course: How to chop vegetables (carrots)

<https://www.youtube.com/watch?v=M0jKmFfnlhE>

Titolo del progetto: Formazione innovativa e pratica per lavori poco qualificati e migranti

Progetto Numero: 2020-1-DE02-KA202-007465

Pubblicato: Aprile 2023

Ulteriori informazioni: <https://ip4j.eu>

