

TÉCNICAS DE COZINHA PROFISSIONAL

CURSO COMPLETO | 140H





INVISTA NA SUA CARREIRA E TORNE-
-SE UM PROFISSIONAL DE COZINHA!

DESENVOLVA NOVAS HABILIDADES E
GARANTA SEU PASSAPORTE PARA O
MERCADO DE TRABALHO!

SE LIGA NA PROGRAMAÇÃO



CARGA HORÁRIA

140 horas
(3 a 5 meses)



PERÍODO

Manhã, tarde ou noite



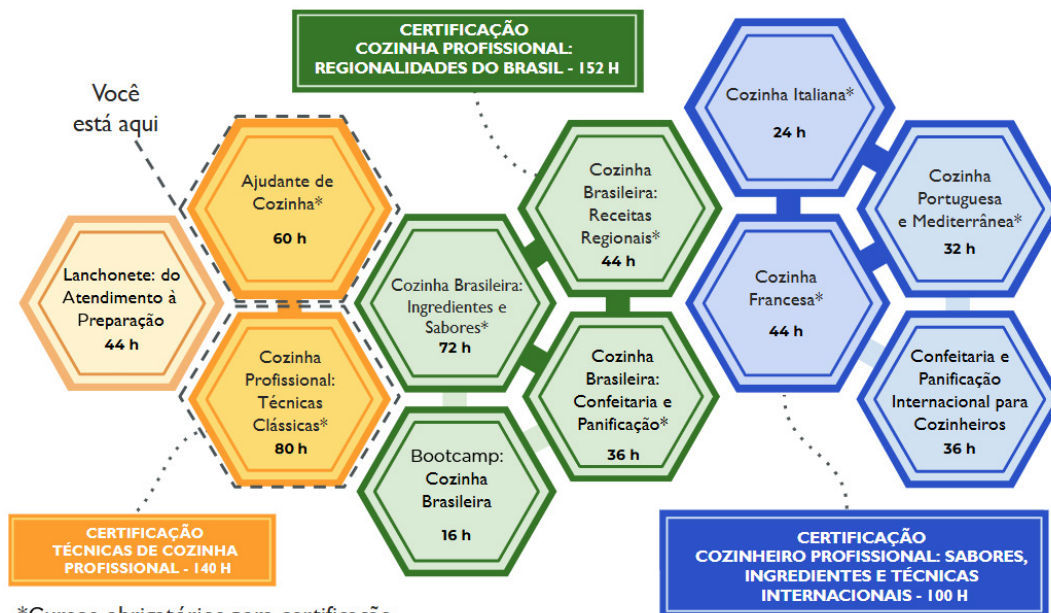
FORMATO

Presencial
(2 a 3 vezes na semana)

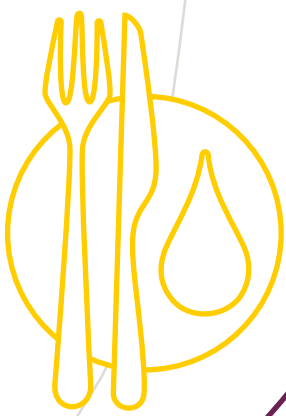


O mercado está cada vez mais aquecido, com ofertas de vagas em todas as áreas de alimentação, como restaurantes, bares, hotéis, clubes, navios de cruzeiro, supermercados e quiosques.

Neste curso, você aprenderá técnicas e habilidades de cozinha essenciais para trabalhar no mercado profissional. Ao longo das aulas, irá dominar a preparação de caldos, saladas, guarnições, sopas, sanduíches, lanches, salgados, proteínas diversas e molhos frios e quentes.



*Cursos obrigatórios para certificação.



PARA QUEM É ESTE CURSO?

_ Para quem não tem experiência prévia na cozinha, mas está interessado e motivado a aprender as habilidades necessárias para atuar como cozinheiro. É o primeiro passo para você alcançar seu objetivo profissional.

_ Pessoas que gostam de cozinhar em casa e desejam transformar essa paixão em uma carreira profissional ou para quem está buscando mudar de carreira e vê, na área de gastronomia, uma oportunidade promissora.

_ Pessoas em busca de novas oportunidades e que procuram uma capacitação que oferece boas perspectivas de empregabilidade, podendo atuar em restaurantes, gastrobares, hotéis, mercados, buffets, clubes, bistrôs, empórios ou cruzeiros.

Agora, este curso NÃO é para você se:

_o seu desejo for empreender individualmente. Neste caso, comece por um dos nossos cursos do portfólio **Virando o jogo na cozinha**, que é direcionado para quem deseja ter uma atividade autônoma;

_você já tem conhecimento e experiência na área e quer se especializar em cozinha brasileira. Neste caso, faça o curso **Cozinha profissional: regionalidades do Brasil** ou, se preferir se especializar em cozinha francesa, italiana, portuguesa e mediterrânea, opte pelo curso **Cozinha profissional: sabores, ingredientes e técnicas internacionais**;

_quiser iniciar nas áreas de confeitaria e panificação. Neste caso, opte por um de nossos cursos do portfólio profissional como **Assistente de confeitaria** ou **Assistente de padeiro**.

POR QUE FAZER ESTE CURSO?



GARANTA, COM ESTE CURSO, A CERTIFICAÇÃO COMPLETA DE COZINHEIRO SENAC! DOMINE A COZINHA E AMPLIE SUAS CHANCES DE CONSEGUIR UM EMPREGO!

_Aprenda **boas práticas de higiene na manipulação de alimentos, preparo de proteínas, molhos, guarnições, sopas, lanches e salgados.**

Aprenda técnicas importantes de **congelamento, ficha técnica, massas e molhos, acompanhamentos e sobremesas** do dia a dia.

_Desenvolva habilidades interpessoais para se comunicar com clareza e trabalhar em equipe, **diferenciais muito valorizados atualmente no mercado** de alimentação.

_Aprenda, de maneira objetiva e prática, conquistando o certificado que será fundamental para a sua jornada.



METODOLOGIA QUE TRANSFORMA

_Desenvolva habilidades técnicas e comportamentais **a partir de contextos reais.**

_As aulas são ministradas por docentes de referência, com anos de experiência e prática de mercado, que realizam as **demonstrações técnicas** dos preparos. Além disso, são disponibilizados **recursos visuais** e **materiais didáticos** que tornam as aulas ainda mais interessantes e dinâmicas.



INFRAESTRUTURA COMPLETA

_Aulas práticas realizadas em cozinha profissional, utilizando **equipamentos e utensílios, tais como fogão industrial, forno combinado, fritadeira, chapa, batedeira, liquidificador e processador, além de todos os utensílios profissionais** necessários para você aprender e se destacar no mercado.

_Você **recebe um kit exclusivo com camiseta, avental e material didático** sem qualquer custo adicional.





VOCÊ SAI PRONTO PARA COLOCAR TUDO EM PRÁTICA.

Boas práticas de higiene e manipulação de alimentos

_Aprenda a **higienizar** corretamente o ambiente de trabalho, incluindo utensílios e equipamentos. Desenvolva **técnicas de manipulação de ingredientes** com foco na segurança alimentar, garantindo preparos saudáveis e de qualidade para os clientes.

Organização do ambiente de trabalho

_Mantenha sua estação de trabalho organizada e realize o pré-preparo de modo eficiente, **utilizando corretamente a geladeira e o freezer** para conservar os ingredientes, **evitando desperdícios**.

Técnicas de cozinha profissional

_Desenvolva suas **habilidades técnicas a partir da realização de preparos básicos de cozinha**, fundamentais para fazer a diferença no mercado profissional.

_Aprenda a **apresentar suas produções, garantindo um visual atraente ao produto final**.

_Aprenda as **técnicas para preparar receitas** de caldos básicos, saladas e guarnições como **polenta frita**, diferentes tipos de arroz, feijão, legumes, **purês, farofas, empanados, ratatouille e batata frita; massas como penne ao molho vermelho, quiche e panqueca de carne moída; proteínas como omelete francesa, frango a passarinho, paleta assada, picanha na chapa, pernil na pressão, tilápia crocante e pirão de peixe; carne assada, bife à milanesa** e moela, molhos frios e quentes **e sobremesas, como pudim de tapioca e mousse de chocolate**. Prepare sopas, como caldo verde, **canja e ervilha com paio**; sanduíches, como **hambúrguer, bauru e filé com queijo**; lanches, como Joelho e cachorro-quente; salgados, como coxinha, quibe, empada e pão de batata.

Ambientação e orientação para mercado

_Aulas baseadas em contextos e desafios **reais**, que possibilitam a **troca de experiências**.

_Desenvolva **habilidades** para não só se comunicar com clientes e colegas de trabalho, mas também para **superar** desafios da cozinha profissional.



COMO ME INSCREVO?

Você pode se inscrever pelos seguintes canais:

1. TELEFONE: (21) 4004-5034, de segunda a sábado, das 8 h às 20 h.

2. WHATSAPP: (21) 97142-5091 - [CLIQUE AQUI PARA ENVIAR UMA MENSAGEM.](#)

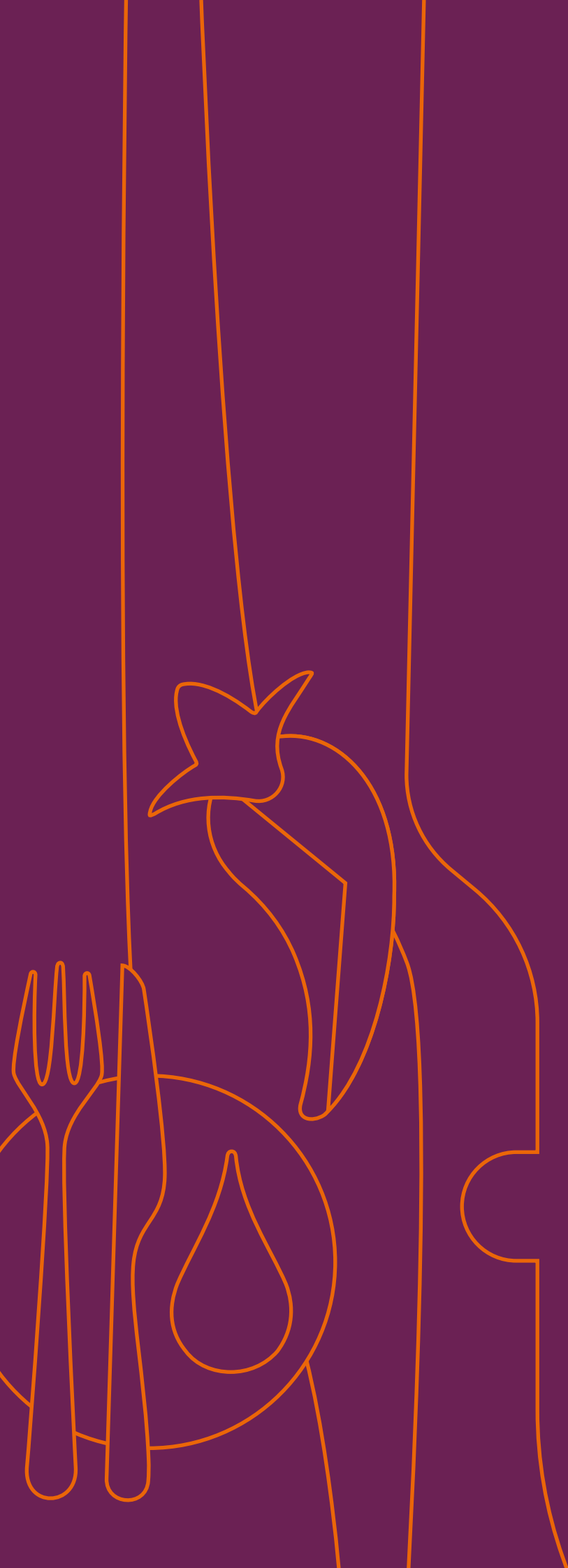
3. E-MAIL: faleconosco@rj.senac.br

Se preferir, entre em contato com a Unidade que desejar ou encontre a mais próxima de você no nosso site:

<https://www.rj.senac.br/unidades/>

Para mais detalhes sobre este curso e para conhecer todos os cursos do Senac Gastronomia, acesse:

<https://www.rj.senac.br/cursos/gastronomia>



www.rj.senac.br/