



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Παιδείας, Θρησκευμάτων
και Αθλητισμού



Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας (Chef)

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΣΑΕΚ

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2026

ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ

Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας (Chef)

ΣΑΕΚ

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2026

**ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟΥ
ΣΤΗΝ ΕΙΔΙΚΟΤΗΤΑ
«ΤΕΧΝΙΚΟΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ – ΑΡΧΙΜΑΓΕΙΡΑΣ (CHEF)»**

Συγγραφική ομάδα

Κωνσταντίνος Κηπουρός

Αντώνιος Δεσπύρης

Ζήσιμος Λυκούδης

Μαρία Καμπέρη

Άννα Κοκκινοπούλου

Γεώργιος Παλησίδης

Ελισάβετ Μπουλούμπαση

Γεωργία Τσεϊνέ

Σύμβουλος μεθοδολογίας ανάπτυξης

του εκπαιδευτικού εγχειριδίου

Δημήτριος Σούκουλης

Γλωσσική επιμέλεια

Εκδόσεις Σοκόλη

Σχεδιασμός-σελιδοποίηση

Mr. Moschos / WINK DESIGN

Το περιεχόμενο του εκπαιδευτικού εγχειριδίου της ειδικότητας διαμορφώθηκε από τη συγγραφική ομάδα με βάση μεθοδολογικές προδιαγραφές και ειδικά πρότυπα που επεξεργάστηκε το ΚΑΝΕΠ/ΓΣΕΕ στο πλαίσιο της Πράξης «ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΟΔΗΓΩΝ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΩΝ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ (ΙΕΚ)» [κωδικός ΟΠΣ (MIS) 5069281] του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού, Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση 2014-2020».

Περιεχόμενα

1	Πρόλογος	7
2	Εισαγωγή	9
A	Περιγραφή ειδικότητας	11
1	Τίτλος της ειδικότητας και ομάδα προσανατολισμού	11
1 . 1	Τίτλος ειδικότητας	11
1 . 2	Ομάδα προσανατολισμού (επαγγελματικός τομέας)	11
2	Συνοπτική περιγραφή ειδικότητας	12
2 . 1	Ορισμός ειδικότητας	12
2 . 2	Αρμοδιότητες/Καθήκοντα	12
2 . 3	Προοπτικές απασχόλησης στον κλάδο ή τομέα	15
2 . 4	Πρόσθετες πηγές πληροφόρησης	16
B	Σκοπός και προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα του προγράμματος κατάρτισης της ειδικότητας	17
1	Σκοπός του προγράμματος κατάρτισης της ειδικότητας	17
2	Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα του προγράμματος κατάρτισης	18
Γ	Βασικές εκπαιδευτικές προδιαγραφές και αναλυτικό περιεχόμενο του προγράμματος της θεωρητικής και εργαστηριακής κατάρτισης	21
1	Ωρολόγιο πρόγραμμα	22
2	Αναλυτικό περιεχόμενο προγράμματος θεωρητικής και εργαστηριακής κατάρτισης	24
2 . 1	ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄	24
2 . 1 . A	ΓΑΛΛΙΚΑ I	24
2 . 1 . B	ΤΕΧΝΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ I	30
2 . 1 . Γ	ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ I	38
2 . 1 . Δ	ΥΓΙΕΙΝΗ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ	45
2 . 1 . E	ΤΡΟΦΟΓΝΩΣΙΑ	52
2 . 1 . ΣΤ	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ (ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄)	58
2 . 2	ΕΞΑΜΗΝΟ Β΄	65
2 . 2 . A	ΓΑΛΛΙΚΑ II	65
2 . 2 . B	ΤΕΧΝΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ II	70
2 . 2 . Γ	ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ II	78
2 . 2 . Δ	ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ	85

2 . 2 . Ε	FOOD AND BEVERAGE MANAGEMENT I (ΕΛΕΓΧΟΣ ΕΜΠΟΡΕΥΜΑΤΩΝ)	91
2 . 2 . ΣΤ	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ (ΕΞΑΜΗΝΟ Β΄)	97
2 . 3	ΕΞΑΜΗΝΟ Γ΄	104
2 . 3 . Α	ΑΓΓΛΙΚΑ I	104
2 . 3 . Β	ΤΕΧΝΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ III	110
2 . 3 . Γ	FOOD AND BEVERAGE MANAGEMENT II (ΚΟΣΤΟΛΟΓΗΣΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΑΤΩΝ)	118
2 . 3 . Δ	ΣΥΝΘΕΣΗ ΜΕΝΟΥ	124
2 . 3 . Ε	ΟΙΝΟΛΟΓΙΑ	130
2 . 3 . ΣΤ	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ	136
2 . 3 . Ζ	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ (ΕΞΑΜΗΝΟ Γ΄)	142
2 . 4	ΕΞΑΜΗΝΟ Δ΄	150
2 . 4 . Α	ΑΓΓΛΙΚΑ II	150
2 . 4 . Β	ΤΕΧΝΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ IV	156
2 . 4 . Γ	ΒΙΩΣΙΜΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΣΤΟΝ ΤΟΥΡΙΣΜΟ	165
2 . 4 . Δ	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ	171
3	Διδακτική μεθοδολογία	179
4	Υγεία και ασφάλεια κατά τη διάρκεια της κατάρτισης	181
4 . 1	Βασικοί κανόνες υγείας και ασφάλειας	182
4 . 2	Μέσα ατομικής προστασίας	182
Δ	Προδιαγραφές υλοποίησης της πρακτικής άσκησης	183
1	Ο θεσμός της πρακτικής άσκησης	184
2	Οδηγίες για τον/την πρακτικά ασκούμενο/-η	186
2 . 1	Προϋποθέσεις εγγραφής στο πρόγραμμα πρακτικής άσκησης	186
2 . 2	Δικαιώματα και υποχρεώσεις του/της πρακτικά ασκούμενου/-ης	186
2 . 3	Φορείς υλοποίησης πρακτικής άσκησης	188
3	Οδηγίες για τους/τις εργοδότες/-τριες που προσφέρουν θέση πρακτικής άσκησης	189
4	Ο ρόλος του/της εκπαιδευτή/-τριας της πρακτικής άσκησης	191
5	Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα της πρακτικής άσκησης	192
6	Αναλυτικό περιεχόμενο προγράμματος πρακτικής άσκησης	196
6 . 1 . Α	ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ, ΠΟΙΟΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ, ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ ΕΔΕΣΜΑΤΩΝ	196
6 . 1 . Β	ΣΥΝΘΕΣΗ ΚΑΙ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ (ΜΕΝΟΥ)	196
6 . 1 . Γ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΚΑΙ ΠΑΡΑΘΕΣΗ ΕΔΕΣΜΑΤΩΝ	197
6 . 1 . Δ	ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ ΚΑΙ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΕΔΕΣΜΑΤΩΝ	198

6 . 1 . Ε	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ	199
6 . 2	Μεθοδολογία υλοποίησης πρακτικής άσκησης	199
	Βιβλιογραφία	202
A	Βιβλιογραφικές αναφορές σχετικές με την ειδικότητα	203
B	Βιβλιογραφικές αναφορές σχετικές με τη μεθοδολογία ανάπτυξης των εκπαιδευτικών εγχειριδίων	209
Γ	Σχετική εθνική νομοθεσία	212

1 | Πρόλογος

Το εκπαιδευτικό εγχειρίδιο της ειδικότητας «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)» αναπτύχθηκε στο πλαίσιο της Πράξης «ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΟΔΗΓΩΝ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΩΝ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ (ΙΕΚ)» [κωδικός ΟΠΣ (MIS) 5069281], η οποία υλοποιήθηκε με σύμπραξη των κοινωνικών εταίρων και, ειδικότερα, από το ΚΑΝΕΠ/ΓΣΕΕ (επικεφαλής εταίρος της κοινοπραξίας), το ΙΝΕ/ΓΣΕΕ, το ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ, το ΚΑΕΛΕ/ΕΣΕΕ, το ΙΝΣΕΤΕ και τον ΕΟΠΠΕΠ, και συγχρηματοδοτήθηκε από το ΕΠ «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού, Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση».

Το έργο αυτό αποτέλεσε μια ολοκληρωμένη παρέμβαση για τη βελτίωση και την ενίσχυση του θεσμού της αρχικής επαγγελματικής κατάρτισης σε μια περίοδο κατά την οποία, περισσότερο από ποτέ, το αίτημα της διασύνδεσής του με την αγορά εργασίας είναι επιτακτικό και επίκαιρο. Ιδιαίτερα, μετά τη μακρά περίοδο οικονομικής κρίσης και ύφεσης την οποία αντιμετώπισε η ελληνική κοινωνία αλλά και τις συνέπειες από την πανδημική κρίση Covid-19, οι αναδυόμενες προκλήσεις καθιστούν αναγκαία στοχευμένα μέτρα εκσυγχρονισμού του θεσμού. Το συγκεκριμένο έργο αποτέλεσε μια συστηματική προσπάθεια αντιμετώπισης χρόνιων αδυναμιών του πεδίου, αναβάθμισης του επιπέδου των παρεχόμενων γνώσεων, δεξιοτήτων και ικανοτήτων και βελτίωσης των μαθησιακών αποτελεσμάτων που απορρέουν από την επαγγελματική κατάρτιση σε συγκεκριμένες ειδικότητες.

Εμπερικλείοντας μια καινοτόμο δέσμη αλληλοσυμπληρούμενων δράσεων, μεθόδων και πρακτικών, επιδίωξε να συμβάλει με πολλαπλασιαστικό τρόπο στην ενίσχυση της ποιότητας και της αποτελεσματικότητας του πεδίου της αρχικής επαγγελματικής κατάρτισης. Ειδικότερα, στο πλαίσιο του έργου:

- Διεξήχθη ποιοτική έρευνα με στόχο τη διερεύνηση των χαρακτηριστικών και της δυναμικής που διέπει το πεδίο της αρχικής επαγγελματικής κατάρτισης στη χώρα μας και στον ευρωπαϊκό χώρο, με στόχο τη διαμόρφωση σχετικών προτάσεων πολιτικής.
- Αναπτύχθηκαν:
 - Επικαιροποιημένοι «οδηγοί κατάρτισης» για 130 ειδικότητες αρχικής κατάρτισης,
 - Αντίστοιχα εκπαιδευτικά εγχειρίδια, για την υποστήριξη της κατάρτισης/εκπαίδευσης των σπουδαστών/-τριών,
 - Συναφείς τράπεζες θεμάτων για κάθε ειδικότητα.
- Το σύνολο των παραπάνω στηρίχθηκε σε ένα ενιαίο μεθοδολογικό πλαίσιο, μέσω του οποίου επιδιώχθηκε η σύνδεση της κοινωνικής εμπειρίας της εργασίας, της εκπαίδευ-

σης και της πιστοποίησής της, λαμβάνοντας υπόψη το ισχύον θεσμικό πλαίσιο, καθώς και τις ιδιαιτερότητες του πεδίου της αρχικής επαγγελματικής κατάρτισης.

- Τέλος, με γνώμονα την ενίσχυση της θετικής επενέργειας του έργου σε θεσμικό επίπεδο, αναπτύχθηκε μια μεθοδολογία ευέλικτης τακτικής περιοδικής επανεξέτασης και επικαιροποίησης των περιεχομένων των οδηγιών κατάρτισης, των εγχειριδίων και των τραπεζών θεμάτων, έτσι ώστε αυτά να βρίσκονται –κατά το δυνατόν– σε αντιστοιχία με τα νέα τεχνολογικά, οργανωσιακά, εργασιακά, περιβαλλοντικά, κοινωνικά και οικονομικά δεδομένα και τις ανάγκες της αγοράς εργασίας και των εκπαιδευομένων.

2 | Εισαγωγή

Το παρόν εγχειρίδιο, εκκινώντας από την περιγραφή της ειδικότητας, εστιάζεται στο αναλυτικό περιεχόμενο και στις βασικές εκπαιδευτικές προδιαγραφές ενός προγράμματος κατάρτισης στην ειδικότητα «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)». Στοχεύει στην ενημέρωση του συνόλου των συντελεστών του, λαμβάνοντας υπόψη τα περιεχόμενα των καθηκόντων και τις ιδιαιτερότητές της, καθώς και τους ισχύοντες θεσμικούς περιορισμούς στο πεδίο.

Απευθύνεται κυρίως στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες αλλά και στους/στις εκπαιδευτές/-τριες των προγραμμάτων αρχικής επαγγελματικής κατάρτισης. Επιπλέον, αποτελεί ένα χρήσιμο εγχειρίδιο για τα στελέχη σχεδιασμού, τους σχετικούς φορείς υλοποίησής τους –τα Ινστιτούτα Επαγγελματικής Κατάρτισης–, αλλά και για το σύνολο των υπόλοιπων δυνάμει συντελεστών ενός προγράμματος αρχικής επαγγελματικής κατάρτισης, ιδιαίτερα για όσους/-ες συμμετέχουν στην υλοποίηση της πρακτικής άσκησης.

Το εγχειρίδιο αυτό αποτελεί μια συστηματική βάση η οποία περιλαμβάνει βασικά στοιχεία για την κατανόηση του πεδίου της συγκεκριμένης ειδικότητας, αλλά κυρίως επικεντρώνεται στην ανάλυση των μαθησιακών ενοτήτων και των εκπαιδευτικών προδιαγραφών της θεωρητικής και της εργαστηριακής κατάρτισης, καθώς και την υλοποίηση της πρακτικής άσκησης.

Στην κατεύθυνση αυτή, για κάθε πρόγραμμα αρχικής επαγγελματικής κατάρτισης που δύναται να υλοποιηθεί, είναι απαραίτητο να ληφθούν συστηματικά υπόψη τα εκπαιδευτικά περιεχόμενα αλλά και οι μεθοδολογικές προδιαγραφές που περιλαμβάνονται.

Ειδικότερα, το εκπαιδευτικό εγχειρίδιο αποτελείται από τέσσερα (Α΄-Δ΄) Μέρη.

- **Το Μέρος Α΄ παρέχει συνοπτικά τις πληροφορίες που αφορούν την περιγραφή της ειδικότητας.**

Περιλαμβάνει την περιγραφή της ειδικότητας, των κύριων εργασιακών καθηκόντων της, των προοπτικών απασχόλησης σε αυτήν, ενώ γίνεται αναφορά σε βασικές πηγές πληροφόρησης σε σχέση με την ειδικότητα.

- **Το Μέρος Β΄ εστιάζεται στον καθορισμό των ευρύτερων αλλά και των επιμέρους ενοτήτων προσδοκώμενων μαθησιακών αποτελεσμάτων του προγράμματος κατάρτισης.**

Αναφέρεται στις δραστηριότητες που θα είναι σε θέση να επιτελέσουν οι εκπαιδευόμενοι/-ες μετά το πέρας της συνολικής κατάρτισής τους στη συγκεκριμένη ειδικότητα.

- **Το Μέρος Γ΄ εστιάζεται στο περιεχόμενο και στη διάρθρωση του προγράμματος θεωρητικής και εργαστηριακής κατάρτισης, καθώς και σε βασικές εκπαιδευτικές προδιαγραφές υλοποίησής του.**

Το Μέρος Γ΄ περιλαμβάνει το ωρολόγιο πρόγραμμα, καθώς και την περίληψη, τα προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα, τις ώρες διδασκαλίας ανά εβδομάδα, τις βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά, ένα κείμενο αναφοράς και τις προτεινόμενες πηγές μελέτης κάθε μαθησιακής ενότητας. Επιπλέον, αναφέρεται στην προτεινόμενη διδακτική μεθοδολογία, καθώς και σε σημαντικές πληροφορίες που αφορούν την υγεία και την ασφάλεια κατά τη διάρκεια της κατάρτισης.

- **Το Μέρος Δ΄ εστιάζεται στην περιγραφή του περιεχομένου, των χαρακτηριστικών και των προδιαγραφών υλοποίησης της πρακτικής άσκησης.**

Περιλαμβάνεται η περιγραφή του θεσμού της πρακτικής άσκησης και παρέχονται χρήσιμες οδηγίες για τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες και τους/τις εκπαιδευτές/-τριες στον χώρο εργασίας. Στα περιεχόμενα συγκαταλέγονται, επίσης, οι ενότητες μαθησιακών αποτελεσμάτων της πρακτικής άσκησης, ενδεικτικές εργασίες που θα εκτελέσουν οι εκπαιδευόμενοι/-ες, καθώς και οι ειδικές προδιαγραφές υλοποίησης που αφορούν τον εξοπλισμό. Αναλύονται οι ενότητες μαθησιακών αποτελεσμάτων, ενώ προτείνονται βασικές μεθοδολογικές αρχές για την υλοποίηση της πρακτικής άσκησης.

Περιλαμβάνεται η περιγραφή του θεσμού της πρακτικής άσκησης και παρέχονται χρήσιμες οδηγίες για τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες και τους/τις εκπαιδευτές/-τριες στον χώρο εργασίας. Στα περιεχόμενα συγκαταλέγονται, επίσης, οι ενότητες μαθησιακών αποτελεσμάτων της πρακτικής άσκησης, ενδεικτικές εργασίες που θα εκτελέσουν οι εκπαιδευόμενοι/-ες, καθώς και οι ειδικές προδιαγραφές υλοποίησης που αφορούν τον εξοπλισμό. Αναλύονται οι ενότητες μαθησιακών αποτελεσμάτων, ενώ προτείνονται βασικές μεθοδολογικές αρχές για την υλοποίηση της πρακτικής άσκησης.

Για τη συγγραφή της μεθοδολογίας ανάπτυξης των εκπαιδευτικών εγχειριδίων συνεργάστηκαν οι Ρένα Βαρβιτσιώτη, Ελένη Θεοδωρή, Κωνσταντίνος Μαρκίδης και Δέσποινα Μπαμπανέλου, η οποία ανέλαβε και τη συντακτική της επιμέλεια. Αυτή εκπονήθηκε στο πλαίσιο της «Οριζόντιας Εκπαιδευτικής Μεθοδολογίας» της εν λόγω Πράξης «ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΟΔΗΓΩΝ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΩΝ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΡΤΙΣΗΣ (ΙΕΚ)» και με βάση μία κατάλληλα προσαρμοσμένη εκδοχή του προτύπου ανάπτυξης εκπαιδευτικών υλικών του ΙΝΕ/ΓΣΕΕ (Γούλας, Μαρκίδης & Μπαμπανέλου, 2021).



Περιγραφή ειδικότητας

1 | Τίτλος της ειδικότητας και ομάδα προσανατολισμού

1.1 • Τίτλος ειδικότητας

Ο τίτλος «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)» αντιστοιχεί στον τίτλο «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας (Chef)» με βάση το ΦΕΚ 193/Α΄/17-9-2013 του υπ’ αριθμ. Ν. 4186/2013.¹

1.2 • Ομάδα προσανατολισμού (επαγγελματικός τομέας)

Η ειδικότητα «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)» ανήκει στην ομάδα προσανατολισμού «Επαγγελματών Τουριστικών Επιχειρήσεων και Επιχειρήσεων Φιλοξενίας».

1 ΦΕΚ 2661/Β΄/30-5-2022 «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)»

2 | Συνοπτική περιγραφή ειδικότητας

2.1 • Ορισμός ειδικότητας

Οι μάγειρες/-ισσες είναι εργαζόμενοι/-ες στον τομέα της γαστρονομίας και μπορούν να παρασκευάζουν και να παρουσιάζουν τρόφιμα, συνήθως σε οικιακό ή εταιρικό περιβάλλον.²

Οι αρχιμάγειρες/-ισσες είναι επαγγελματίες της γαστρονομίας με ταλέντο στη δημιουργία και την καινοτομία, που τους επιτρέπουν να παρέχουν μια μοναδική γαστρονομική εμπειρία.

Ο/Η «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)» είναι ο/η επαγγελματίας ο/η οποίος/-α, γνωρίζοντας τη μαγειρική, στοιχεία ζαχαροπλαστικής καθώς και την εστιατορική τέχνη, εργάζεται στην κουζίνα της επισιτιστικής μονάδας, επιμελείται και οργανώνει τη λειτουργία της κουζίνας, προετοιμάζει, παρασκευάζει και παραθέτει τα εδέσματα για μικρές και μεγάλες ομάδες ατόμων σύμφωνα με τις προδιαγραφές ποιότητας της επισιτιστικής μονάδας και τα προβλεπόμενα επίπεδα υγιεινής.

Η παροχή υπηρεσιών επισιτισμού (παρασκευή και παράθεση εδεσμάτων) από τον/την Τεχνικό Μαγειρικής Τέχνης στην επισιτιστική μονάδα στην οποία εργάζεται έχει στόχο τη γαστρονομική ικανοποίηση των πελατών σύμφωνα με τις απαιτήσεις και τις ανάγκες τους, σε συνάρτηση με τους προκαθορισμένους στόχους της μονάδας εστίασης.

Ο/Η Αρχιμάγειρας/-ισσα (chef de cuisine) είναι υπεύθυνος/-η για τη συνολική λειτουργία της κουζίνας (ή του μαγειρείου) και αποτελεί επίπεδο ιεραρχίας στο επάγγελμα του/της Μάγειρα/-ισσας.

Τα επίπεδα επαγγελματικής ιεραρχίας στο επάγγελμα του/της Μάγειρα/-ισσας είναι τα εξής:

- Αρχιμάγειρας/-ισσα (chef de cuisine),
- Βοηθός Αρχιμάγειρα/-ισσας (sous chef),
- Μάγειρας/-ισσα Α' (chef de partie),
- Μάγειρας/-ισσα Β' (demi chef) και
- Μάγειρας/-ισσα Γ' (commis de chef).³

2.2 • Αρμοδιότητες/Καθήκοντα

Ο/Η «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)» ασκεί (ενδεικτικά και όχι περιοριστικά) τις παρακάτω αρμοδιότητες/καθήκοντα:⁴

2,3 Πηγή: https://gsvetlly.minedu.gov.gr/publications/docs2023/_Chef.pdf (ανακτήθηκε στις 8 Σεπτεμβρίου 2024).

4 Πηγή: <https://www.eoppep.gr/images/EP/EP72.pdf> (ανακτήθηκε 15 Φεβρουαρίου 2020).

A. Μεριμνά για την επάρκεια των κατάλληλων πρώτων υλών για την παρασκευή των εδεσμάτων, σε συνεργασία με τον/την υπεύθυνο/-η τροφοδοσίας και τον/τη ιδιοκτήτη/-τρια ή τον/τη διευθυντή/-τρια, της επισιτιστικής μονάδας.

1. Αναζητά τις απαραίτητες και κατάλληλες πρώτες ύλες του εδεματολογίου (μενού) στις αποθήκες και στα ψυγεία της επισιτιστικής μονάδας και υπολογίζει τις ανάγκες της κουζίνας. Πιο συγκεκριμένα:
 - α) Ενημερώνεται για τις τιμές της αγοράς, μέσω καταλόγων, φυλλαδίων και προσωπικών επαφών, καθώς και για την ορθολογικότερη χρήση τους,
 - β) Αναζητά τις κατάλληλες πρώτες ύλες και ελέγχει την επάρκειά τους για την παρασκευή των εδεσμάτων, σε συνεργασία με τον/την υπεύθυνο/-η τροφοδοσίας και τον/την ιδιοκτήτη/-τρια ή τον/τη διευθυντή/-τρια της μονάδας,
 - γ) Προσδιορίζει τις ανάγκες της κουζίνας σε πρώτες ύλες και τις καταγράφει για να προβεί στην αναπλήρωσή τους.
2. Οργανώνει την προμήθεια των απαραίτητων και κατάλληλων πρώτων υλών. Ειδικότερα:
 - α) Αποστέλλει στον/στην υπεύθυνο/-η προμηθειών τον κατάλογο παραγγελίας με τις ποσότητες των απαιτούμενων πρώτων υλών,
 - β) Καθορίζει τα επίπεδα ποιότητας των απαιτούμενων πρώτων υλών σύμφωνα με τη στρατηγική και την κατηγορία της επισιτιστικής μονάδας,
 - γ) Συντάσσει το χρονοδιάγραμμα (χρονικό διάστημα) παραλαβής των απαιτούμενων πρώτων υλών.
3. Ελέγχει και μεριμνά για την ορθή προμήθεια και αποθήκευση των πρώτων υλών.
 - α) Ελέγχει την ποιότητα των πρώτων υλών κατά την παραλαβή τους,
 - β) Ελέγχει την ποσότητα των πρώτων υλών κατά την παραλαβή τους σύμφωνα με τις προδιαγεγραμμένες παραγγελίες,
 - γ) Φροντίζει για την ασφαλή αποθήκευση των πρώτων υλών σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας.

B. Φροντίζει για τη σύνθεση, την παρουσίαση του εδεματολογίου της επισιτιστικής μονάδας –σε συνεργασία με τον/την εστιάρχο (maître), τον/τη Food & Beverage Manager και τον/την ιδιοκτήτη/-τρια ή τον/τη διευθυντή/-τρια της επισιτιστικής μονάδας–, καθώς και για την παρασκευή των εδεσμάτων.

1. Συντάσσει το εδεματολόγιο (μενού) της επισιτιστικής μονάδας και επιμελείται τον κατάλογο παρουσίασής του (κάρτα), σε συνεργασία με τον/την εστιάρχο (maître), τον/τη FNB και τον/την ιδιοκτήτη/-τρια ή τον/τη διευθυντή/-τρια της επισιτιστικής μονάδας.
 - α) Επιλέγει τα εδέσματα για το εδεματολόγιο της επισιτιστικής μονάδας, σε συνεργασία με τον/την εστιάρχο (maître) και τον/τη Food & Beverage Manager,
 - β) Συνεργάζεται με τον/την ιδιοκτήτη/-τρια ή τον/τη διευθυντή/-τρια της επισι-

τιστικής μονάδας για τη σύνθεση του εδεσματολογίου (μενού) καθ' όλη τη διάρκεια λειτουργίας της επισιτιστικής μονάδας,

γ) Επιμελείται τον κατάλογο παρουσίασης (κάρτα) του εδεσματολογίου (μενού), σε συνεργασία με τον/την εστιάρχο (maître) και τον/τη Food & Beverage Manager.

2. Οργανώνει και καθοδηγεί τον τρόπο παρασκευής των εδεσμάτων.

α) Επιλέγει τον τρόπο παρασκευής των εδεσμάτων του μενού, ελέγχοντας τις συνταγές του και εκτελώντας τις απαραίτητες δοκιμές,

β) Υπολογίζει τις κατάλληλες ποσότητες πρώτων υλών για την παρασκευή των εδεσμάτων,

γ) Οργανώνει το χρονοδιάγραμμα εκτέλεσης ενεργειών για την παρασκευή των εδεσμάτων.

3. Εκτελεί και εποπτεύει την παρασκευή των εδεσμάτων του μενού.

α) Συγκεντρώνει τις απαιτούμενες πρώτες ύλες και τον κατάλληλο εξοπλισμό από τους χώρους αποθήκευσης και από τα ψυγεία,

β) Προετοιμάζει τις πρώτες ύλες για την παρασκευή των εδεσμάτων,

γ) Επεξεργάζεται τις πρώτες ύλες και παρασκευάζει τα εδέσματα.

4. Διαχειρίζεται το ανθρώπινο δυναμικό στον τομέα του.

α) Συντάσσει το πρόγραμμα εργασίας και ανάπαυσης του προσωπικού της κουζίνας,

β) Παρουσιάζει στο προσωπικό τους τρόπους εκτέλεσης των συνταγών και το εκπαιδεύει,

γ) Προσλαμβάνει, εποπτεύει και καθοδηγεί το προσωπικό για το οποίο είναι υπεύθυνος/-η.

Γ. Παραθέτει και γαρνίρει τα εδέσματα, αναγγέλλει την ολοκλήρωση της παρασκευής τους και μεριμνά για την απρόσκοπτη λειτουργία της κουζίνας.

1. Οργανώνει τη σειρά παράθεσης των εδεσμάτων και τα παραθέτει.

α) Οργανώνει τη σειρά παράθεσης των εδεσμάτων,

β) Παραθέτει τα εδέσματα στα κατάλληλα σκεύη σύμφωνα με τους ενδεδειγμένους κανόνες,

γ) Ενεργεί για την παράδοση των εδεσμάτων.

2. Ελέγχει και επιμελείται την εμφάνιση των εδεσμάτων κατά την παράθεση.

α) Συγκεντρώνει τα απαραίτητα υλικά για τη τελική σύνθεση των εδεσμάτων,

β) Γαρνίρει τα εδέσματα στα σερβιρισμένα πιάτα,

γ) Ελέγχει την τελική εικόνα των εδεσμάτων και προβαίνει σε διορθωτικές ενέργειες.

3. Οργανώνει την κουζίνα και ελέγχει τη σωστή λειτουργία των μηχανικών μέσων.

- α) Διασφαλίζει την αποθήκευση των πρώτων υλών που δεν χρησιμοποιήθηκαν σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας,
- β) Φροντίζει για την καθαριότητα των σκευών σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας,
- γ) Ελέγχει τη λειτουργία των μηχανικών μέσων και ενημερώνει τον/την υπεύθυνο/-η συντήρησης.

2.3 • Προοπτικές απασχόλησης στον κλάδο ή τομέα

Π.χ. Ο/Η κάτοχος διπλώματος της ειδικότητας «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)» μπορεί να εργαστεί σε:

- Τουριστικές επιχειρήσεις και επιχειρήσεις φιλοξενίας
- Επισιτιστικές επιχειρήσεις (εστιατόρια, ταβέρνες, ταχυφαγεία κ.λπ.)
- Βιομηχανικές μονάδες
- Εμπορικά καταστήματα
- Ιδρύματα και κοινωφελείς οργανισμούς (νοσοκομεία, οίκους ευγηρίας, βρεφονηπιακούς σταθμούς, οικοτροφεία, συσσίτια δήμων, συσσίτια εκκλησιών, συσσίτια ΜΚΟ κ.λπ.)
- Εκπαιδευτικούς οργανισμούς
- Μονάδες των ενόπλων δυνάμεων και των σωμάτων ασφαλείας
- Μεταφορικά μέσα (τρένα, κρουαζιερόπλοια, πλοία ακτοπλοΐας κ.λπ.)
- Επιχειρήσεις παροχής υπηρεσιών συστηματοποιημένου επισιτισμού (catering)
- Οικίες (Private Chef).

2.4 • Πρόσθετες πηγές πληροφόρησης

- Εθνικός Οργανισμός Πιστοποίησης Προσόντων & Επαγγελματικού Προσανατολισμού (ΕΟΠΠΕΠ): <https://www.eoppep.gr>
- Ελληνικός Γεωργικός Οργανισμός «Δήμητρα» (ΕΛΓΟ): <https://www.elgo.gr/>
- Ελληνικός Οργανισμός Τουρισμού (ΕΟΤ): <http://www.gnto.gr/>
- Ενιαίος Φορέας Ελέγχου Τροφίμων (ΕΦΕΤ): <http://www.efet.gr>
- Ινστιτούτο Τουριστικών Ερευνών και Προβλέψεων (ΙΤΕΠ): <https://www.itep.gr/>
- Ίδρυμα Νεολαίας και Διά Βίου Μάθησης (ΙΝΕΔΙΒΙΜ): <https://www.inedivim.gr/>
- Ινστιτούτο του Συνδέσμου Ελληνικών Τουριστικών Επιχειρήσεων (ΙΝΣΕΤΕ): <https://insete.gr>
- Ξενοδοχειακό Επιμελητήριο Ελλάδος (ΞΕΕ): <http://www.grhotels.gr/>
- Πανελλήνια Ομοσπονδία Εστιατορικών & Συναφών Επαγγελμάτων (ΠΟΕΣΕ): <http://www.poeseg.gr>
- Πανελλήνια Ομοσπονδία Εργαζομένων στον Επισιτισμό – Τουρισμό (ΠΟΕΕΤ): <http://www.poeet.gr>
- Πανελλήνια Ομοσπονδία Εργατών Επισιτισμού & Υπαλλήλων Τουριστικών Επαγγελμάτων: <http://www.poeeyte.gr>
- Σύνδεσμος Ελληνικών Τουριστικών Επιχειρήσεων (ΣΕΤΕ): <http://www.sete.gr/>
- Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων: <http://www.minagric.gr>
- Υπουργείο Ανάπτυξης, Γενική Γραμματεία Εμπορίου: <http://www.gge.gr>
- Υπουργείο Τουρισμού: <https://mintour.gov.gr/>
- Εκπαιδευτικό περίγραμμα της ειδικότητας του μάγειρα: <https://www.eoppep.gr/images/EP/EP72.pdf> και <https://www.youtube.com/watch?v=uQqdKSwZFuE>

B

Σκοπός και προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα του προγράμματος κατάρτισης της ειδικότητας

1 | Σκοπός του προγράμματος κατάρτισης της ειδικότητας

Βασικός σκοπός του προγράμματος κατάρτισης της ειδικότητας είναι να προετοιμάσει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες για την επαγγελματική τους σταδιοδρομία στην ειδικότητα «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)». Επιδιώκεται, μέσω της θεωρητικής και εργαστηριακής κατάρτισης αλλά και της πρακτικής άσκησης, να αποκτήσουν τις αναγκαίες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες για την άσκηση της ειδικότητας «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)».

2 | Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα του προγράμματος κατάρτισης

Οι γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες που θα αποκτήσουν οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατά τη διάρκεια της κατάρτισής τους, οργανώνονται σε ενότητες προσδοκώμενων μαθησιακών αποτελεσμάτων.

Στον πίνακα που ακολουθεί, παρουσιάζονται τα επιμέρους προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα ανά ενότητα.

Πίνακας 1 /// Ενότητες προσδοκώμενων μαθησιακών αποτελεσμάτων

ΕΝΟΤΗΤΕΣ ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ	
ΕΝΟΤΗΤΑ ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ	Επιμέρους προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα Με την ολοκλήρωση του προγράμματος κατάρτισης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:
A. «Προμήθεια, ποιοτικός έλεγχος, συντήρηση και αποθήκευση πρώτων υλών εδεσμάτων»	• Ελέγχουν την επάρκεια των κατάλληλων πρώτων υλών για την παρασκευή των εδεσμάτων, σε συνεργασία με τον/την υπεύθυνο/-η τροφοδοσίας και τον/την ιδιοκτήτη ή τον/τη διευθυντή/-τρια της επισιτιστικής μονάδας, • Οργανώνουν την προμήθεια των απαραίτητων σε ποσότητα και των κατάλληλων σε ποιότητα πρώτων υλών, • Παραγγέλλουν τις πρώτες ύλες στους προμηθευτές, προγραμματίζοντας βάσει ενδεδειγμένων κριτηρίων το χρονικό διάστημα παραλαβής τους, • Παραλαμβάνουν τις πρώτες ύλες και να ελέγχουν την ποιότητα και την ποσότητά τους σύμφωνα με τις παραγγελίες, • Επιμελούνται την ασφαλή αποθήκευση των πρώτων υλών σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας.
B. «Σύνθεση και παρουσίαση εδεσματολογίου (μενού)»	• Συντάσσουν το εδεσματολόγιο (μενού) της επισιτιστικής μονάδας, σε συνεργασία με τον/την εστιάρχο (maître), τον/τη Food and Beverage Manager και τον/την ιδιοκτήτη/-τρια ή τον/τη Διευθυντή/-τρια της, • Επιμελούνται τον κατάλογο παρουσίασης (κάρτα) του εδεσματολογίου (μενού), σε συνεργασία με τον/την εστιάρχο (maître) και τον/τη Food and Beverage Manager, • Επιλέγουν τον τρόπο παρασκευής των εδεσμάτων του μενού, ελέγχοντας τις συνταγές και εκτελώντας τις απαραίτητες δοκιμές, • Υπολογίζουν τις κατάλληλες ποσότητες πρώτων υλών για την παρασκευή των εδεσμάτων με βάση τις συνταγές, τις κρατήσεις της ημέρας και άλλα κριτήρια που διαμορφώνουν την ημερήσια κίνηση, • Οργανώνουν το χρονοδιάγραμμα εκτέλεσης ενεργειών για την παρασκευή των εδεσμάτων σύμφωνα με την κίνηση της ημέρας και τον χρόνο παραλαβής της παραγγελίας.

συνέχεια >>

Πίνακας 1 /// Ενότητες προσδοκώμενων μαθησιακών αποτελεσμάτων

ΕΝΟΤΗΤΕΣ ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ	
ΕΝΟΤΗΤΑ ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ	Επιμέρους προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα Με την ολοκλήρωση του προγράμματος κατάρτισης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:
Γ. «Παρασκευή και παράθεση εδεσμάτων»	• Προετοιμάζουν και να συγκεντρώνουν τις πρώτες ύλες για την παρασκευή των εδεσμάτων με βάση τις συνταγές, • Επεξεργάζονται τις πρώτες ύλες και να παρασκευάζουν τα εδέσματα σύμφωνα με τις συνταγές, τις τυχόν προτιμήσεις του πελάτη και τηρώντας τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας, • Συνεργάζονται με το υπόλοιπο προσωπικό της κουζίνας και να καθοδηγούν αναλυτικά τους/τις βοηθούς τους για την παρασκευή των εδεσμάτων.
Δ. «Διακόσμηση και παρουσίαση εδεσμάτων»	• Οργανώνουν τη σειρά παράθεσης των εδεσμάτων με σκοπό τη βελτίωση της τελικής εικόνας του μενού και τη μεγιστοποίηση της γαστρονομικής ικανοποίησης του πελάτη, • Παραθέτουν τα εδέσματα στα κατάλληλα σκεύη σύμφωνα με τους ενδεδειγμένους κανόνες, • Ενεργούν για την παράδοση των εδεσμάτων σύμφωνα με ενδεδειγμένες διαδικασίες της μονάδας, • Ελέγχουν και να επιμελούνται τη διακόσμηση και παρουσίαση των εδεσμάτων κατά την παράθεση, • Διασφαλίζουν την αποθήκευση των πρώτων υλών που δεν χρησιμοποιήθηκαν σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας, • Φροντίζουν για την καθαριότητα των σκευών σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας, • Ελέγχουν τη λειτουργία των μηχανικών μέσων της κουζίνας και να ενημερώνουν τον υπεύθυνο συντήρησης όταν απαιτείται.

συνέχεια >>

Πίνακας 1 /// Ενότητες προσδοκώμενων μαθησιακών αποτελεσμάτων

ΕΝΟΤΗΤΕΣ ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ	
ΕΝΟΤΗΤΑ ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ	Επιμέρους προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα Με την ολοκλήρωση του προγράμματος κατάρτισης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:
Ε. «Οργάνωση και διοίκηση της κουζίνας»	• Συντάσσουν το πρόγραμμα εργασίας και ανάπαυσης του προσωπικού της κουζίνας σε συνεργασία με τον/την ιδιοκτήτη/-τρια ή τον/τη διευθυντή/-τρια της επισιτιστικής μονάδας, • Παρουσιάζουν στο προσωπικό της κουζίνας τους τρόπους εκτέλεσης των συνταγών και να το εκπαιδεύουν σχετικά, • Εποπτεύουν το προσωπικό της κουζίνας συντονίζοντας την ορθή εκτέλεση των οδηγιών, • Καταμερίζουν και να διανέμουν τις θέσεις εργασίας, δίνοντας αναλυτικές οδηγίες για την ορθή εκτέλεση των εργασιών, • Συμμετέχουν στην πρόσληψη του προσωπικού της κουζίνας, σε συνεργασία με τον/την υπεύθυνο/-η της επιχείρησης ή/και τον/την υπεύθυνο/-η προσωπικού, • Διασφαλίζουν την αποθήκευση των πρώτων υλών που δεν χρησιμοποιήθηκαν σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας, • Φροντίζουν για την καθαριότητα των σκευών σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας, • Ελέγχουν τη λειτουργία των μηχανικών μέσων της κουζίνας και να ενημερώνουν τον/την υπεύθυνο/-η συντήρησης όταν απαιτείται.



Βασικές εκπαιδευτικές προδιαγραφές και αναλυτικό περιεχόμενο του προγράμματος της θεωρητικής και εργαστηριακής κατάρτισης

1 | Ωρολόγιο πρόγραμμα

Παρατίθεται το ωρολόγιο πρόγραμμα της ειδικότητας «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)», με παρουσίαση των εβδομαδιαίων ωρών θεωρίας (Θ), εργαστηρίων (Ε) καθώς και του συνόλου (Σ) αυτών ανά μάθημα και ανά εξάμηνο:

Πίνακας 2 /// Ωρολόγιο πρόγραμμα

ΕΞΑΜΗΝΟ		Α			Β			Γ			Δ		
A/A	ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ	Θ	Ε	Σ	Θ	Ε	Σ	Θ	Ε	Σ	Θ	Ε	Σ
1	ΓΑΛΛΙΚΑ Ι	2		2									
2	ΤΕΧΝΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ Ι	4	3	7									
3	ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ Ι	1	2	3									
4	ΥΓΙΕΙΝΗ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ	2		2									
5	ΤΡΟΦΟΓΝΩΣΙΑ	2		2									
6	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ Α΄		4	4									
7	ΓΑΛΛΙΚΑ ΙΙ				2		2						
8	ΤΕΧΝΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΙΙ				4	3	7						
9	ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ ΙΙ				1	2	3						
10	ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ				2		2						
11	FOOD & BEVERAGE MANAGEMENT I (ΕΛΕΓΧΟΣ ΕΜΠΟΡΕΥΜΑΤΩΝ)				2		2						
12	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ Β΄					4	4						
13	ΑΓΓΛΙΚΑ Ι							2		2			
14	ΤΕΧΝΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΙΙΙ							2	4	6			
15	FOOD & BEVERAGE MANAGEMENT II (ΚΟΣΤΟΛΟΓΗΣΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΑΤΩΝ)							2		2			
16	ΣΥΝΘΕΣΗ ΜΕΝΟΥ							2		2			

συνέχεια >>

Πίνακας 2 /// Ωρολόγιο πρόγραμμα

ΕΞΑΜΗΝΟ		Α			Β			Γ			Δ		
Α/Α	ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ	Θ	Ε	Σ	Θ	Ε	Σ	Θ	Ε	Σ	Θ	Ε	Σ
17	ΟΙΝΟΛΟΓΙΑ							2		2			
18	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ							2		2			
19	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ Γ΄								4	4			
20	ΑΓΓΛΙΚΑ II										2		2
21	ΤΕΧΝΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ IV										1	9	10
22	ΒΙΩΣΙΜΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΣΤΟΝ ΤΟΥΡΙΣΜΟ										2		2
23	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ*											6	6
ΣΥΝΟΛΟ		11	9	20	11	9	20	12	8	20	5	15	20

*Οι ώρες της πρακτικής άσκησης θα διεξάγονται αθροιστικά ύστερα από την έβδομη εβδομάδα του εξαμήνου Δ΄, αφού θα έχει ολοκληρωθεί η ύλη των υπόλοιπων μαθημάτων του εξαμήνου.

2 | Αναλυτικό περιεχόμενο προγράμματος θεωρητικής και εργαστηριακής κατάρτισης

2.1 • ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄

2.1.Α. ΓΑΛΛΙΚΑ Ι (ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄)

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός της μαθησιακής ενότητας είναι οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εξοικειωθούν με τη γαλλική γλώσσα και ορολογία στους χώρους της επαγγελματικής κουζίνας. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες διδάσκονται τα βασικά γραμματικά στοιχεία της γαλλικής γλώσσας και το βασικό λεξιλόγιο μαγειρικής. Επιπλέον, χρησιμοποιούν ορολογία που αφορά τεχνικές μαγειρικής και σκεύη της επαγγελματικής κουζίνας. Τέλος, παρουσιάζονται βασικοί διάλογοι που αφορούν την καθημερινή λειτουργία του χώρου της επαγγελματικής κουζίνας.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Αναφέρουν στα γαλλικά τα βασικά είδη λαχανικών, φρούτων, κρεάτων, ψαριών, θαλασσινών, καθώς και τα σκεύη μιας επαγγελματικής κουζίνας,
- Προσδιορίζουν στη γαλλική γλώσσα την ιεραρχία στον επαγγελματικό χώρο,
- Αναγνωρίζουν και να προφέρουν σωστά τη γαλλική ορολογία της κουζίνας και των τεχνικών μαγειρικής,
- Χρησιμοποιούν στη μαγειρική τα διάφορα ρήματα αλλά και τους γραμματικούς κανόνες της γαλλικής γλώσσας,
- Εκφράζουν στα γαλλικά τα διάφορα μεγέθη που σχετίζονται με ποσότητα,
- Περιγράφουν την προετοιμασία μιας συνταγής στη γαλλική γλώσσα,
- Παρουσιάζουν τον εαυτό τους στα γαλλικά κατά τη διάρκεια μιας συνέντευξης,
- Αναπτύσσουν διαλόγους στα γαλλικά με συναδέλφους/-ισσες ή προμηθευτές σχετικά με τις πρώτες ύλες.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Activités d'apprentissage / Brigade de cuisine / Communication en français / Communication orale / Entretien d'embauche / Lettre de motivation / Préparation des plats / Recette de cuisine / Restauration et gastronomie / Terminologie culinaire.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο (2).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

Α/Α	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΒΑΣΙΚΕΣ ΓΛΩΣΣΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΑ ΓΑΛΛΙΚΑ
2	ΒΑΣΙΚΗ ΓΑΛΛΙΚΗ ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ
3	ΑΝΑΛΥΣΗ ΒΑΣΙΚΩΝ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ
4	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ ΜΙΑΣ ΣΥΝΤΑΓΗΣ
5	ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΙΕΡΑΡΧΙΑΣ ΣΤΟΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΧΩΡΟ
6	ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΕΣ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ
7	ΣΥΝΝΕΤΕΥΞΗ ΚΑΙ ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟΥ

Κείμενο αναφοράς

2.1.A.1 | ΒΑΣΙΚΕΣ ΓΛΩΣΣΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΑ ΓΑΛΛΙΚΑ

Στην πρώτη υποενότητα, γίνεται ιστορική αναδρομή στη γαλλική γαστρονομία, στη σύνδεση της γαλλικής κουλτούρας με τη συγκεκριμένη τέχνη, καθώς και εισαγωγή στην ορολογία που διαμορφώθηκε στην πορεία του χρόνου και στη σύνδεσή της με τον επαγγελματικό κλάδο της κουζίνας. Στη συνέχεια, αναφέρονται οι απαραίτητες βασικές γλωσσικές πράξεις στα γαλλικά, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να μπορούν να κινούνται στον χώρο της κουζίνας, να περιγράφουν τη θέση τους και να ζητούν πληροφορίες. Προσδιορίζονται γλωσσικές πράξεις όπως η περιγραφή προϊόντων και πιάτων, καθώς και η έκφραση γνώμης και προτίμησης. Επιπλέον, παρουσιάζονται οι διάφορες μονάδες μέτρησης που σχετίζονται με την ποσότητα, η χρήση των οποίων είναι απαραίτητη για την ορθή επικοινωνία κατά την εκτέλεση συνταγών, και το απαραίτητο λεξιλόγιο για τον προσδιορισμό του χώρου και του χρόνου στο πλαίσιο εργασίας σε μια επαγγελματική κουζίνα. Οι εκπαιδευτικές μέθοδοι που προτείνονται για τη διδασκαλία είναι η εισήγηση για την ιστορική αναδρομή και την ανάλυση των γλωσσικών πράξεων στα γαλλικά, και η αξιοποίηση εποπτικών μέσων κατά την παρουσίαση και την ανάλυση αυθεντικών διαλόγων στη γαλλική γλώσσα. Η εκπαιδευτική διαδικασία ολοκληρώνεται με ψηφιακές εκπαιδευτικές δραστηριότητες και ομαδικές εργασίες, με σκοπό την ενεργή συμμετοχή και συνεργασία των εκπαιδευομένων. Με το πέρας της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα έχουν ολοκληρώσει μια πρώτη εισαγωγή στις γνώσεις που απαιτούνται για την αποτελεσματική επικοινωνία στη γαλλική γλώσσα στον επαγγελματικό χώρο της κουζίνας, ώστε να είναι ικανοί/-ές να ενταχθούν στο αντίστοιχο περιβάλλον εργασίας και να αξιοποιήσουν τις νέες τους δεξιότητες στην καθημερινή τους πρακτική.

2.1.A.2 | ΒΑΣΙΚΗ ΓΑΛΛΙΚΗ ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ

Στην παρούσα υποενότητα, αναλύεται η σημασία της γαλλικής γλώσσας στη μαγειρική, καθώς πολλές τεχνικές και συνταγές χρησιμοποιούν γαλλική ορολογία. Εξη-

γούνται όροι που περιγράφουν τεχνικές και μεθόδους μαγειρέματος, όπως *sauté* και *blanchir*. Αναλύονται τεχνικές κοπής τροφίμων, όπως *julienne* και *brunoise*, και παρουσιάζεται η ορολογία προετοιμασίας και χειρισμού των συστατικών πριν από το μαγείρεμα, όπως *mariner* και *mise en place*. Στη συνέχεια, αναφέρονται όροι που χρησιμοποιούνται για τις σάλτσες και τα παράγωγά τους, όπως *roux*, *beurre blanc* και *velouté*, και η ορολογία και η ονοματολογία χαρακτηριστικών ειδών τροφίμων και πιάτων, όπως *confit*, *terrine*, *quiche* και *soufflé*. Τέλος, γίνεται αναφορά στην ορολογία που σχετίζεται με τις γαρνιτούρες και τις διακοσμήσεις των πιάτων, όπως *chantilly*, *crouton* και *gratin*. Μέσω της διαδραστικής διδασκαλίας με τη χρήση πολυμέσων, τα οποία δείχνουν σε πραγματικό χρόνο τη χρήση των γαλλικών όρων στην κουζίνα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρακολουθούν επαγγελματίες σερφ που εξηγούν και εφαρμόζουν τεχνικές, με έμφαση στην προφορά και την πρακτική χρήση των όρων. Έπειτα από αυτή τη θεωρητική εισαγωγή, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλούνται να χρησιμοποιήσουν αυτούς τους όρους σε εκπαιδευτικές δραστηριότητες, όπως κουίζ και παιχνίδια λέξεων, τα οποία κάνουν τη διαδικασία μάθησης πιο διασκεδαστική και ελκυστική, ενώ παράλληλα βοηθούν στη διατήρηση των πληροφοριών, ενισχύοντας την κατανόηση και την απομνημόνευση των όρων μέσω της εφαρμογής τους στην πράξη. Προτεινόμενη εκπαιδευτική μέθοδος είναι, επίσης, η ομαδοσυνεργατική, καθώς, μέσω της εργασίας σε ομάδες, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μελετούν και δημιουργούν συνταγές που απαιτούν τη χρήση γαλλικών όρων, ανταλλάσσοντας γνώσεις και εμπειρίες, συμμετέχοντας ενεργά και αλληλεπιδρώντας.

2.1.A.3 | ΑΝΑΛΥΣΗ ΒΑΣΙΚΩΝ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ

Σε αυτή την υποενότητα, πραγματοποιείται μια ανακεφαλαίωση της βασικής γαλλικής ορολογίας-ονοματολογίας που σχετίζεται με τις μαγειρικές τεχνικές, με έμφαση στον τρόπο με τον οποίο αυτές χρησιμοποιούνται στην καθημερινή μαγειρική. Καθώς η διάκριση ανάμεσα στις βασικές και τις εξειδικευμένες τεχνικές είναι σημαντική για την οργάνωση της γνώσης και της πρακτικής εφαρμογής στην κουζίνα, εξετάζεται, αρχικά, η γαλλική ορολογία μαγειρέματος σε υψηλή ή χαμηλή θερμοκρασία, με λίπος ή μέσα σε ζωμό, σε κάρβουνα, σχάρα ή σε φούρνο. Στη συνέχεια, αναλύεται η γαλλική ορολογία πιο εξειδικευμένων τεχνικών που χρησιμοποιούνται για να δώσουν γρήγορα χρώμα και γεύση στα φαγητά, ή να διατηρήσουν τα χρώματα και την υφή των λαχανικών με γρήγορο βρασμό και έπειτα εμβάπτιση σε παγωμένο νερό. Γίνεται, επίσης, αναφορά σε όρους όπως το “*confit*” (το αργό μαγείρεμα κρέατος στο δικό του λίπος) ή το “*sous vide*” (το μαγείρεμα φαγητών σε κενό αέρος σε χαμηλές θερμοκρασίες για μακρά χρονική περίοδο). Προτεινόμενη εκπαιδευτική μέθοδος είναι αυτή της ανάθεσης ομαδικής εργασίας, κατά την οποία οι εκπαιδευόμενοι/-ες συνεργάζονται για να δημιουργήσουν ένα πλήρες μενού, μεταφράζοντας τα υλικά και αναλύοντας τις προτεινόμενες μεθόδους παρασκευής των πιάτων στη γαλλική γλώσσα. Καθώς οι βασικές τεχνικές αποτελούν τη ραχοκοκαλιά της καθημερινής

μαγειρικής, ενώ οι εξειδικευμένες τεχνικές προσφέρουν δυνατότητες για πιο περίπλοκες και εκλεπτυσμένες γεύσεις, με την κατανόηση και την εφαρμογή τους, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναπτύσσουν δεξιότητες που τους επιτρέπουν να δημιουργούν ποικιλία γευμάτων με γαλλική επιρροή.

2.1.A.4 | ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ ΜΙΑΣ ΣΥΝΤΑΓΗΣ

Στην παρούσα υποενότητα, αναλύεται το λεξιλόγιο που απαιτείται για τη λεπτομερή περιγραφή προετοιμασίας μιας συνταγής. Παρουσιάζονται οι απαραίτητες γαλλικές συνδετικές λέξεις και φράσεις, ώστε να υπάρχει συνοχή, χρονική αλληλουχία και ακρίβεια στην παροχή οδηγιών στο πλαίσιο της εκτέλεσης μιας συνταγής. Παράλληλα, εξετάζεται η ορολογία για την περιγραφή της εκάστοτε παρασκευής και περιγράφονται αναλυτικά οι μονάδες μέτρησης βάρους, όγκου και χρόνου για την εξασφάλιση της σωστής εκτέλεσης μιας συνταγής. Στη συνέχεια, η υποενότητα επικεντρώνεται στην ονοματολογία λαχανικών και φρούτων και προχωρά στην ορολογία σχετικά με είδη κρεατικών, ψαριών και θαλασσινών. Γίνεται αναλυτική αναφορά, επίσης, στα σκεύη και τα εργαλεία μιας επαγγελματικής κουζίνας. Εκπαιδευτικές τεχνικές που προτείνονται, εκτός της εισήγησης, είναι η αξιοποίηση ψηφιακού προβολέα και εκπαιδευτικών πολυμέσων, η ανάθεση ομαδοσυνεργατικών εργασιών, το παιχνίδι ρόλων με προσομοίωση με σκοπό την εξάσκηση στη χρήση της γαλλικής ορολογίας, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να μπορούν τόσο να διαβάζουν και να κατανοούν όσο και να εκτελούν γαλλικές συνταγές με επιτυχία, ενσωματώνοντας τις κατάλληλες τεχνικές και διατηρώντας την αυθεντικότητα των γεύσεων. Στόχος είναι, επίσης, να χρησιμοποιούνται σωστά τα εργαλεία και τα υλικά στην κουζίνα, θεμελιώδης γνώση για την επιτυχία στην επαγγελματική μαγειρική και τη δημιουργία αυθεντικών γαλλικών πιάτων. Η εν λόγω υποενότητα εστιάζεται, τέλος, στην εκμάθηση της γαλλικής γλώσσας με έμφαση στον γαστρονομικό τουρισμό, επειδή οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναπτύσσουν γλωσσικές δεξιότητες ώστε να επικοινωνούν αποτελεσματικά με γαλλόφωνο κοινό και να παρέχουν πληροφορίες για την τοπική κουζίνα και τις γαστρονομικές δραστηριότητες και εμπειρίες που προσφέρονται, καθώς και να αντιμετωπίζουν εξειδικευμένες ερωτήσεις και αιτήματα.

2.1.A.5 | ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΙΕΡΑΡΧΙΑΣ ΣΤΟΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΧΩΡΟ

Στην τρέχουσα υποενότητα, παρουσιάζεται στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες η διάρθρωση της ιεραρχίας στον επαγγελματικό χώρο της κουζίνας και γίνεται εκτενής αναφορά στους διάφορους ρόλους, στις διακριτές ευθύνες και τα καθήκοντά τους. Παρουσιάζονται και αναλύονται ο ρόλος του/της chef de cuisine, υπεύθυνου/-ης για τον συντονισμό όλων των δραστηριοτήτων της κουζίνας, και του/της sous-chef, ο/η οποίος/-α βοηθά τον/τη chef σε όλα του/της τα καθήκοντα και τον/την αντικαθιστά όταν αυτό είναι απαραίτητο. Επίσης, αναφέρονται η διάρθρωση, η ιεράρχηση και οι αρμοδιότητες κάθε μέλους της κουζίνας, όπως των διαφόρων chefs de partie, υπεύ-

θυνων για συγκεκριμένα τμήματα της κουζίνας, και αναλύονται όροι όπως commis, saucier/-ère, poissonnier/-ère, rôtiisseur/-euse και pâtissier/-ère. Ως εκπαιδευτική δραστηριότητα εμπέδωσης, ο/η εκπαιδευτής/-τρια οργανώνει παιχνίδια ρόλων, διαμορφώνοντας την αίθουσα ώστε να μοιάζει με επαγγελματική κουζίνα, προετοιμάζει κάρτες ρόλων που περιγράφουν τους χαρακτήρες των συμμετεχόντων/-ουσών, προτείνει υποδείγματα διαλόγων και σεναρίων που μπορεί να προκύψουν σε μια κουζίνα, και προβαίνει σε γρήγορη ανασκόπηση των βασικών φράσεων και όρων που χρησιμοποιούνται. Ακολουθεί η προσομοίωση, κατά την οποία οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναλαμβάνουν διάφορους ρόλους στην κουζίνα και καταγράφονται παρατηρήσεις. Μέσω ανατροφοδότησης και συζήτησης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αντιλαμβάνονται τι μπορεί να βελτιωθεί στη χρήση της γαλλικής γλώσσας και ο/η εκπαιδευτής/-τρια παρέχει συμβουλές και κάνει διορθώσεις. Συνολικά, η εν λόγω υποενότητα στοχεύει στην κατανόηση της ιεράρχησης και των αρμοδιοτήτων κάθε μέλους της κουζίνας, στη βελτίωση της ικανότητας των εκπαιδευομένων να επικοινωνούν αποτελεσματικά στα γαλλικά σε ρεαλιστικές συνθήκες και στη συνολική ενίσχυση της αυτοπεποίθησής τους στη χρήση της γαλλικής γλώσσας.

2.1.A.6 | ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΕΣ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ

Σε αυτή την υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εστιάζονται στον τρόπο παραγγελίας πρώτων υλών στη γαλλική γλώσσα. Αρχικά, καθώς η ανάπτυξη καλών πρακτικών με στόχο την αποτελεσματική επικοινωνία είναι καίριας σημασίας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες διδάσκονται δεξιότητες όπως η σαφήνεια, η ευγένεια και η επαγγελματική συμπεριφορά. Στο πλαίσιο αυτό, ορίζονται οι βασικές αρχές επικοινωνίας για την καλύτερη συνεργασία με συναδέλφους/-ισσες και προμηθευτές από όλες τις εθνικές, κοινωνικές και πολιτισμικές ομάδες. Παρουσιάζονται τεχνικές διαλόγου και τρόποι λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας, με στόχο την κατανόηση των οδηγιών από όλους/-ες τους/τις εμπλεκόμενους/-ες. Για να αποκτηθούν δεξιότητες προφορικής επικοινωνίας, δίνεται ιδιαίτερη προσοχή στην προφορά, επειδή η ορθή εκφορά της γαλλικής γλώσσας είναι ουσιώδης για την αποφυγή παρεξηγήσεων. Γίνεται προσομοίωση διαλόγων με θέμα την παραγγελία πρώτων υλών και αναλύονται δεξιότητες αναζήτησης πληροφοριών σχετικά με τη διαθεσιμότητα προϊόντων. Δίνεται έμφαση στη σαφήνεια που απαιτείται κατά την παραγγελία υλικών, τη διαχείριση αποθεμάτων και την αλληλεπίδραση με προμηθευτές στα γαλλικά. Τέλος, παρουσιάζεται ο τρόπος ευγενικής έκφρασης παραπόνων σε περίπτωση προβλήματος σχετικού με την παραγγελία ή την ποιότητα των πρώτων υλών. Συνοψίζοντας, ο στόχος της εν λόγω μαθησιακής υποενότητας είναι η καλλιέργεια δεξιοτήτων επικοινωνίας με γαλόφωνο κοινό, με εστίαση τόσο στην ορθή χρήση της γλώσσας και τη σωστή προφορά, όσο και τη σαφήνεια, την ευγένεια, τον επαγγελματισμό και την αξιοπιστία.

2.1.Α.7 | ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΚΑΙ ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟΥ

Στη συγκεκριμένη μαθησιακή υποενότητα, εξετάζεται η αναζήτηση επαγγελματικών ευκαιριών στον τομέα της μαγειρικής μέσω της ανάπτυξης επαγγελματικού βιογραφικού, και της προετοιμασίας για επαγγελματική συνέντευξη στη γαλλική γλώσσα. Καθώς η αναζήτηση εργασίας δεν περιορίζεται πλέον γεωγραφικά, είναι πιθανόν οι εκπαιδευόμενοι/-ες να στραφούν και στη γαλλόφωνη αγορά προς αναζήτηση επαγγελματικών ευκαιριών. Η υποενότητα επικεντρώνεται στις δεξιότητες σύνταξης βιογραφικού, οι οποίες περιλαμβάνουν την καταγραφή εκπαιδευτικών και επαγγελματικών επιτευγμάτων, δεξιοτήτων και εμπειριών στον συγκεκριμένο τομέα, με τρόπο ευκρινή, συνοπτικό και ελκυστικό, ο οποίος προβάλλει τόσο τα προσόντα όσο και την προσωπικότητα του/της υποψηφίου/-ας. Παρουσιάζεται αναλυτικά η διαδικασία συγγραφής βιογραφικού (CV) και συνοδευτικής επιστολής (Lettre de motivation), ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να διευρύνουν τους ορίζοντές τους ως προς την εύρεση εργασίας και σε γαλλόφωνα περιβάλλοντα. Επιπλέον, μέσω παιχνιδιών ρόλων, προετοιμάζονται για ενδεχόμενη συνέντευξή τους στη γαλλική γλώσσα. Ο/Η εκπαιδευτής/-τρια δημιουργεί λίστες με συχνές ερωτήσεις, και δίνεται έμφαση στη σωστή προφορά και την ορθή χρήση της γραμματικής των γαλλικών. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εναλλάσσονται στους ρόλους εργοδότη/-τριας και υποψηφίου/-ας, κάνουν ερωτήσεις και απαντούν με αυτοπεποίθηση και σωστή χρήση της γλώσσας του σώματος, κατανοούν και εξασκούνται στο επίπεδο τυπικότητας που αναμένεται σε μια συνέντευξη στα γαλλικά, όπως στη χρήση του πληθυντικού ευγενείας “vous” αντί του ενικού “tu”. Συνοψίζοντας, η αναζήτηση επαγγελματικών ευκαιριών απαιτεί γνώσεις, κοινωνικές δεξιότητες και ένα προσεκτικά σχεδιασμένο επαγγελματικό βιογραφικό, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να μεγιστοποιήσουν τις πιθανότητες επιτυχίας τους στον ανταγωνιστικό τομέα της μαγειρικής τέχνης.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Cholvy, J. (2014). *En cuisine! – Niveaux A1/A2*. Paris: Clé International.
2. Le Goff, A., Desgages, A. & Moreau, C. (2023). *Le Grand livre de la cuisine. La bible indispensable pour cuisiner au quotidien*. Vanves: Hachette.

Συμπληρωματικές

1. *Le Petit Larousse. La bonne cuisine française*. (2023). Vanves: Larousse.
2. Καράμπαμπα, Ε. (2008). *Βασικά Γαλλικά*. Αθήνα: Ινστιτούτο Διαρκούς Εκπαίδευσης Ενηλίκων (ΙΔΕΚΕ). Ανακτήθηκε από:
<http://repository.edulll.gr/edulll/handle/10795/857>

2.1.B • ΤΕΧΝΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ Ι

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι η εισαγωγή των εκπαιδευομένων στις βασικές αρχές και λειτουργίες της μαγειρικής τέχνης και στους κανόνες που τη διέπουν. Στην ενότητα αυτή, αναλύονται διεξοδικά οι αρχικές έννοιες, ο ορισμός του επαγγέλματος, η σύνθεση του προσωπικού, η αναγκαιότητα ύπαρξης επαγγελματικού ενδύματος, οι βάσεις της κουζίνας, καθώς και η ιστορία και η εξέλιξη της μαγειρικής τέχνης στον επαγγελματικό χώρο. Παρουσιάζονται, τόσο σε θεωρητικό όσο και σε πρακτικό επίπεδο, το πλαίσιο λειτουργίας της επαγγελματικής κουζίνας, η διεθνής ορολογία-ονοματολογία, οι βάσεις και οι τεχνικές μαγειρέματος, τα κύρια είδη και οι τύποι γευμάτων, όπως και οι βασικές αλλά και ειδικές μαγειρικές μέθοδοι. Δίνονται όλες οι απαραίτητες γνώσεις για ζητήματα που αφορούν τους κανόνες υγιεινής χώρου, τις τεχνικές εγκαταστάσεις και τις προδιαγραφές μιας επαγγελματικής κουζίνας, καθώς και ό,τι σχετίζεται με τον ασφαλή χειρισμό των σκευών και των συσκευών.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Περιγράφουν τις αρμοδιότητες του προσωπικού κουζίνας, τους χώρους ευθύνης και τους βασικούς χειρισμούς τροφίμων,
- Αναγνωρίζουν τους όρους γαστρονομικής τέχνης, τους βασικούς τρόπους ψησίματος, τις βάσεις της κουζίνας (fonds) και τους τρόπους κοπής,
- Αναφέρουν τους όρους γαστρονομικής τέχνης, τα είδη «δεσίματος», τις κατηγορίες όπου εντάσσονται οι σούπες, τη χρήση των σύνθετων βουτύρων, τις βασικές ζύμες και τις μαρινάδες,
- Σχεδιάζουν τη λειτουργία των εγκαταστάσεων (βάσει συγκεκριμένων κριτηρίων), τους κανόνες λειτουργίας (σύμφωνα με τις ανάγκες των διαφορετικών επισιτιστικών επιχειρήσεων), καθώς και τον έλεγχο ορθής λειτουργίας των μέσων προστασίας (πυρασφάλειας και πυροπροστασίας),
- Χειρίζονται τα μαχαίρια, τα διάφορα εργαλεία και τις συσκευές με ασφάλεια, χρησιμοποιώντας τις βασικές ορολογίες κοπών,
- Χρησιμοποιούν την ορολογία και τους όρους γαστρονομίας σύμφωνα με τα διεθνή πρότυπα,
- Οργανώνουν τον χώρο ευθύνης τους, τις θέσεις εργασίας, τα προϊόντα και τις πρώτες ύλες προς επεξεργασία, με σεβασμό στους κανόνες ορθής πρακτικής,
- Παρασκευάζουν βασικούς ζωμούς, σούπες και μαρινάδες εφαρμόζοντας την αντίστοιχη τεχνική,
- Εφαρμόζουν τους καταλληλότερους τρόπους ψησίματος ανάλογα με το είδος του τροφίμου και να τους προσαρμόζουν σε καθεμία συνταγή μέσω ενδεικτικών παρασκευών,

- Ελέγχουν την ποιότητα και την επάρκεια των πρώτων υλών και των μηχανικών μέσων ανάλογα με το προς παραγωγή προσδοκώμενο αποτέλεσμα.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Επαγγελματικός εξοπλισμός μαγειρικής / Γαστρονομικοί όροι / Mise en place / Τεχνικές μαγειρικής / Τρόποι ψησίματος / Τρόποι κοπής λαχανικών / Φον / Λιεζόν / Μαρινάδες / Απλά και σύνθετα βούτυρα.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (4), Εργαστήριο (3), Σύνολο (7).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

Α/Α	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΤΕΧΝΗ (ΒΑΣΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ), ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ
2	Ο ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ ΧΩΡΟΣ ΤΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ (ΥΓΕΙΑ, ΥΓΙΕΙΝΗ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΣΤΟΛΗΣ)
3	ΟΡΓΑΝΟΓΡΑΜΜΑ ΘΕΣΕΩΝ ΚΑΙ ΑΡΜΟΔΙΟΤΗΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ
4	ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ
5	ΔΙΕΘΝΗΣ ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ
6	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΧΩΡΟΥ ΚΑΙ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ
7	ΕΠΙΛΟΓΗ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ ΜΕΣΩ ΚΑΤΑΛΛΗΛΩΝ ΤΕΧΝΙΚΩΝ
8	ΒΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΕΣ ΤΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ
9	ΜΕΘΟΔΟΙ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ, ΤΡΟΠΟΙ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ (ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ, ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ, ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ)
10	ΣΟΥΠΕΣ ΚΑΙ ΚΟΝΣΟΜΕ (ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ)

Κείμενο αναφοράς

2.1.B.1 | ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΤΕΧΝΗ (ΒΑΣΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ), ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ

Στην παρούσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εισάγονται στον κόσμο της μαγειρικής τέχνης και επικεντρώνονται στις θεμελιώδεις έννοιες και λειτουργίες που τη διέπουν. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται, αρχικά, με τις τεχνικές της μαγειρικής τέχνης, τη δημιουργικότητα και την ανάγκη για διασφάλιση της υγιεινής και της ασφάλειας στον χώρο εργασίας. Ακολουθεί σύντομη ιστορική αναδρομή, κατά την οποία οι εκπαιδευόμενοι/-ες αντιλαμβάνονται την πορεία της μαγειρικής από την αρχαιότητα έως σήμερα και πώς διαμορφώθηκε η σύγχρονη γαστρονομία. Παράλληλα, παρουσιάζονται οι παράγοντες που καθόρισαν τη μαγειρική τέχνη, όπως οι γεωγραφικοί, οι πολιτιστικοί, οι οικονομικοί και οι θρησκευτικοί, καθώς και ο σύγχρονος τρόπος ζωής και οι επικρατούσες τάσεις. Εξηγείται η τεράστια σημασία του εμπορίου

και των παγκόσμιων επιρροών, που είχαν ως αποτέλεσμα τη χρήση όλο και περισσότερων υλικών και μπαχαρικών, τα οποία έδωσαν νέες δυνατότητες στη μαγειρική και έθεσαν τις βάσεις για την εξέλιξη νέων τεχνικών. Στη συνέχεια, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εισάγονται στη διεθνή ονοματολογία και τονίζεται η σπουδαιότητα της γαστρονομικής ορολογίας σε μια επαγγελματική κουζίνα. Ακόμη, αναφέρονται τα χαρακτηριστικά της σύγχρονης μαγειρικής τέχνης, όπως είναι η δημιουργικότητα και η καινοτομία, η εστίαση στην υγιεινή διατροφή, οι διεθνείς επιρροές, η τάση για εξατομικευμένες υπηρεσίες, η χρήση της τεχνολογίας, η βιωσιμότητα και η έμφαση στην παρουσίαση. Εκπαιδευτικές τεχνικές που προτείνονται είναι η εμπλουτισμένη εισήγηση με τη χρήση εποπτικών μέσων, ο καταγισμός ιδεών και η ανάλυση των ανωτέρω εννοιών με παραδείγματα και μελέτες περίπτωσης.

2.1.B.2 | Ο ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ ΧΩΡΟΣ ΤΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ (ΥΓΕΙΑ, ΥΓΙΕΙΝΗ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ, ΧΡΗΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΣΤΟΛΗΣ)

Σε αυτή την υποενότητα, παρουσιάζεται η σημασία του επαγγελματικού χώρου για τους/τις εργαζόμενους/-ες και αναφέρονται τα βήματα που γίνονται για τον ορθολογικό σχεδιασμό και τη δημιουργία του. Βασικές προϋποθέσεις για τη δημιουργία της επιχείρησης είναι ο επιχειρηματικός σχεδιασμός (όραμα), η μελέτη του νομικού πλαισίου (άδεια λειτουργίας) και η επιλογή τοποθεσίας. Ακολουθούν ο σχεδιασμός της επαγγελματικής κουζίνας, η διαμόρφωση εγκαταστάσεων και η τοποθέτηση του κατάλληλου εξοπλισμού. Γίνεται μία πρώτη γνωριμία με τον επαγγελματικό χώρο και δίνεται έμφαση στους κανόνες εργασίας, μέσα στους οποίους οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλούνται να συνεργαστούν με ομαδικότητα και επαγγελματισμό, τηρώντας όλα τα μέτρα που προβλέπονται για την υγεία, την υγιεινή και την ασφάλεια. Τονίζεται η αναγκαιότητα χρήσης της επαγγελματικής στολής και κατανοείται η σημασία της εφαρμογής υγιεινομικών προτύπων. Η επαγγελματική στολή είναι σχεδιασμένη για να παρέχει προστασία, άνεση και υγιεινή, υποδηλώνει τη θέση στην ιεραρχία, ενισχύει την εικόνα του Τεχνικού Μαγειρικής Τέχνης και εμπνέει εμπιστοσύνη στους πελάτες. Πιο αναλυτικά, η στολή περιλαμβάνει: σκούφο, λαιμοδέτη, μπλούζα, παντελόνι και ποδιά μαγειρικής και αντιολισθητικά υποδήματα. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να εφαρμόσουν τις αρχές υγιεινής και ασφάλειας στην καθημερινή τους εργασία, ώστε αυτές να αποτελέσουν μια βιωματικά ορθή πρακτική. Για τη διδασκαλία της υποενότητας προτείνεται η εμπλουτισμένη εισήγηση με τη χρήση εποπτικών μέσων, η εξέταση μελετών περίπτωσης και η ομαδικές εργασίες.

2.1.B.3 | ΟΡΓΑΝΟΓΡΑΜΜΑ ΘΕΣΕΩΝ ΚΑΙ ΑΡΜΟΔΙΟΤΗΤΩΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ

Στην παρούσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες, έχοντας εξοικειωθεί με τους χώρους της κουζίνας, μαθαίνουν για τη δομή και τις αρμοδιότητες των θέσεων σε μια επαγγελματική κουζίνα, εστιάζοντας στη σημασία του οργανογράμματος για τη εύρυθμη λειτουργία και οργάνωσή της. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατανοούν πώς

το οργανόγραμμα καθορίζει τις ευθύνες και τις σχέσεις μεταξύ των μελών της ομάδας, προάγοντας τη συνεργασία και την αποδοτικότητα. Στη συνέχεια, αναλύεται το οργανόγραμμα του προσωπικού της κουζίνας (Brigade de cuisine) και αναφέρονται τα καθήκοντα και οι αρμοδιότητες της κάθε ειδικότητας σε μια μικρή, μεσαία και μεγάλη κουζίνα. Οι ειδικότητες αυτές είναι του αρχιμάγειρα (executive chef/chef de cuisine), του/της βοηθού αρχιμάγειρα/-ισσας ή αναπληρωτή/-τριας του/της αρχιμάγειρα/-ισσας (sous-chef), του μάγειρα Α΄ (Chef de Partie), του μάγειρα Β΄, του μάγειρα Γ΄, του/της βοηθού μάγειρα/-ισσας, του/της μαθητευόμενου/-ης μάγειρα/-ισσας, καθώς και του βοηθητικού προσωπικού της κουζίνας, όπως είναι οι εργαζόμενοι/-ες καθαριότητας, οι εργαζόμενοι/-ες στα τμήματα πλύσης σκευών κ.ά. Στη συνέχεια, αναφέρονται τα καθήκοντα και οι αρμοδιότητες των ειδικοτήτων που απασχολούνται σε μεγάλες κουζίνες με ξεχωριστά τμήματα, όπως οι εξής: entremetier/-ère, rôtiisseur/-euse, saucier/-ère, poissonnier/-ère, garde-manger, pâtissier/-ère, boucher, tournant/-e κ.ά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες, γνωρίζοντας την ιεραρχία του προσωπικού της κουζίνας, θα κατανοήσουν τα προσόντα και τα καθήκοντα της ομάδας και θα αναγνωρίσουν τη σημασία των ποιοτικών εργασιακών σχέσεων τόσο μεταξύ των εργαζομένων στην κουζίνα όσο και μεταξύ εργαζομένων άλλων τμημάτων. Εκπαιδευτικές τεχνικές που προτείνονται είναι η εισήγηση με την αξιοποίηση εποπτικών μέσων, ο καταγισμός ιδεών και τα παιχνίδια ρόλων με προσομοίωση λειτουργίας επαγγελματικής κουζίνας. Επίσης, προτείνεται η εξέταση μελέτης περίπτωσης για τον εντοπισμό τυχόν αδυναμιών και προβλημάτων καθώς και ασκήσεις που περιλαμβάνουν την ανάπτυξη και την ανάλυση οργανογραμμάτων για διάφορους τύπους κουζίνας.

2.1.B.4 | ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ

Στη συγκεκριμένη υποενότητα, δίνεται έμφαση στη σπουδαιότητα του επαγγελματικού εξοπλισμού της κουζίνας και αναλύεται η διαμόρφωση του χώρου μιας επαγγελματικής κουζίνας σύμφωνα με τις ανάγκες των διαφόρων μορφών επιχειρήσεων. Στη συνέχεια, αναφέρονται τα κριτήρια επιλογής του εξοπλισμού και η σχέση του με την υγιεινή και την ασφάλεια των εργαζομένων, καθώς τονίζεται η σημασία της καθαριότητας και της συντήρησης του εξοπλισμού. Ακολούθως, γίνεται επεξήγηση των όρων «εγκαταστάσεις», «εξοπλισμός», «εργαλεία» και «σκεύη» και αναλύεται ο ρόλος τους σύμφωνα με τις ανάγκες κάθε επιχείρησης. Παρουσιάζονται οι κύριοι και οι βοηθητικοί χώροι της κουζίνας, όπως οι χώροι αποθήκευσης, συντήρησης, προετοιμασίας και μαγειρέματος, και τονίζεται ότι η γνώση της σωστής διάταξης των χώρων συμβάλλει στη βελτιστοποίηση της ροής εργασίας και στη διασφάλιση της ασφάλειας και της υγιεινής. Πιο αναλυτικά, δίνεται έμφαση στην ευελιξία, την προσαρμοστικότητα και τη λειτουργικότητα των εγκαταστάσεων. Στη συνέχεια, αναλύονται οι βασικοί τύποι εξοπλισμού, όπως οι φούρνοι, οι εστίες, τα ψυγεία, οι καταψύκτες κ.ά. Η κατανόηση της λειτουργίας και της συντήρησης αυτών των συσκευών είναι απαραίτητη για την αποτελεσματική διαχείριση της κουζίνας και τη διατήρηση της ποιότητας των τρο-

φίμων. Ακολουθεί αναλυτική αναφορά στα σκεύη και τα εργαλεία που χρησιμοποιούνται στην επαγγελματική κουζίνα, όπως κατσαρόλες, τηγάνια, ταψιά, μαχαίρια, κουτάλες κ.ά. και εξηγείται πως η σωστή χρήση και συντήρηση αυτών των εργαλείων είναι κρίσιμη για την επίτευξη των επιθυμητών αποτελεσμάτων κατά την προετοιμασία και το μαγείρεμα. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να εφαρμόσουν τις γνώσεις τους σε πρακτικές ασκήσεις, προκειμένου να αποκτήσουν εμπειρία στην επιλογή, τη χρήση και τη συντήρηση του επαγγελματικού εξοπλισμού. Επίσης, προτείνεται να δημιουργήσουν ομάδες εργασίας, στις οποίες θα μελετήσουν περιπτώσεις πάνω σε συγκεκριμένα θέματα εγκαταστάσεων και εξοπλισμού επιχειρήσεων εστίασης και φιλοξενίας, με σκοπό την ανάπτυξη της κριτικής τους σκέψης. Επιπλέον, συστήνεται η μέθοδος της μετασχηματίζουσας μάθησης μέσω του σχεδιασμού κατόψεων επαγγελματικής κουζίνας διαφόρων ειδών επιχειρήσεων.

2.1.B.5 | ΔΙΕΘΝΗΣ ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ

Στην παρούσα μαθησιακή υποενότητα, αναλύεται ο ρόλος της χρήσης της διεθνούς ονοματολογίας/γαστρονομικής ορολογίας, με εστίαση στην αναγνώριση και την κατανόηση των όρων που χρησιμοποιούνται παγκοσμίως στις επαγγελματικές κουζίνες. Η ορολογία της γαστρονομίας είναι πάρα πολύ σημαντική, επειδή χρησιμοποιείται από όλους/-ες ανεξαιρέτως τους/τις εργαζόμενους/-ες στις επαγγελματικές κουζίνες σε όλο τον κόσμο. Η γαστρονομική ορολογία είναι βασισμένη στη γαλλική κουζίνα και η χρήση της αποτελεί έναν πολύ σημαντικό κώδικα επικοινωνίας. Αρχικά, παρουσιάζονται οι βασικοί όροι που αφορούν την προετοιμασία και τα διαφορετικά είδη κοπής και επεξεργασίας των υλικών, όροι που αφορούν υλικά, καθώς και όροι που περιγράφουν την παρασκευή και το τελείωμα των εδεσμάτων. Ορισμένοι ενδεικτικοί όροι είναι οι εξής: αμπατί, απαρέιγ, αροζέ, εσκαλόπ, λιεζόν, μπαρντ ντε λαρντ, μπριντέ, ντεγκλασέ, ντεγκρεσέ, σεμιζέ, σιτρονέ. Στη συνέχεια, αναλύονται οι όροι που περιγράφουν τα στάδια, τις τεχνικές και τις μεθόδους μαγειρέματος, όπως: σοτέ, ποσέ, μπλανσίρ, ετουβέ γλασέ, γκρατινέ, κονφί, μαρινέ κ.ά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να χρησιμοποιούν τη διεθνή ορολογία μαγειρικής στις πρακτικές ασκήσεις και τις συνταγές τους, ενισχύοντας έτσι την επαγγελματική τους επικοινωνία και τη συνεργασία με τους/τις συνεκπαιδευομένους/-ές τους. Παράλληλα, διευκρινίζεται ότι η κατανόηση και η χρήση στην καθημερινή μαγειρική πρακτική της διεθνούς ορολογίας είναι απαραίτητη για την επιτυχημένη πορεία στον τομέα της γαστρονομίας και διευκολύνει την πρόσβαση στην παγκόσμια γνώση.

2.1.B.6 | ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΧΩΡΟΥ ΚΑΙ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ

Στην τρέχουσα μαθησιακή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν μια πρότυπη εικόνα για τη δημιουργία ενός ασφαλούς, οργανωμένου και αποτελεσματικού περιβάλλοντος εργασίας. Έτσι, καλούνται να εστιάσουν την προσοχή τους σε ορθές πρακτικές κατά την προετοιμασία της κουζίνας, οι οποίες αφορούν τα εξής: την ορ-

γάνωση έργου, την αποθήκευση και τη συντήρηση των πρώτων υλών, τη χρήση του εξοπλισμού, την προετοιμασία των υλικών και την αποκατάσταση της καθαριότητας και της τάξης ύστερα από κάθε εργασία. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατανοούν πόσο σημαντική είναι η οργάνωση και η διαχείριση του χρόνου κατά την εργασία σε μια επαγγελματική κουζίνα, καθώς και η σωστή αποθήκευση και συντήρηση των προϊόντων ανά τύπο. Επίσης, αναγνωρίζουν τη σημασία της ορθής χρήσης και συντήρησης του εξοπλισμού και μαθαίνουν να χειρίζονται με ασφάλεια τα σκεύη και τα εργαλεία που πρόκειται να χρησιμοποιήσουν για την εκτέλεση μιας συνταγής (ειδική αναφορά θα γίνει σχετικά με τη σωστή χρήση και συντήρηση των μαχαιριών). Πέρα από την επιλογή του κατάλληλου εξοπλισμού, οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατανοούν τον ρόλο της προετοιμασίας των πρώτων υλών (*mise en place*) πριν από την εκτέλεση μιας συνταγής και μαθαίνουν να εργάζονται με ευταξία και υπευθυνότητα. Όσον αφορά στην αποκατάσταση του χώρου, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μεριμνούν για την καθαριότητα και την τάξη ύστερα από κάθε εργασία και όχι μόνο στο τέλος του ωραρίου τους. Πρόκειται για μια διαδικασία που διασφαλίζει την υγεία, την υγιεινή και την ασφάλεια καθ' όλη των διάρκειας της εργασίας. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αντιλαμβάνονται τη σπουδαιότητα της εύρυθμης και αποτελεσματικής λειτουργίας σε μία επαγγελματική κουζίνα και ενθαρρύνονται να εφαρμόσουν τις γνώσεις τους σε πρακτικές ασκήσεις. Επίσης, μπορούν να δημιουργήσουν ομάδες εργασίας, στις οποίες θα μελετήσουν περιπτώσεις με αντίστοιχη θεματολογία για την ανάπτυξη της κριτικής τους σκέψης.

2.1.B.7 | ΕΠΙΛΟΓΗ ΚΑΙ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ ΜΕΣΩ ΚΑΤΑΛΛΗΛΩΝ ΤΕΧΝΙΚΩΝ

Στην παρούσα μαθησιακή υποενοότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν σημαντικές γνώσεις και δεξιότητες για τη σωστή επιλογή και την αποτελεσματική διαχείριση των πρώτων υλών. Τονίζεται ότι για την επίτευξη ενός ποιοτικού αποτελέσματος είναι απαραίτητο να δοθεί βαρύτητα στη φρεσκάδα των υλικών, τη σωστή συντήρησή τους, τη διαχείριση, την προετοιμασία, την επεξεργασία και το σωστό μαγείρεμά τους. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στο κομμάτι της ασφάλειας σε όλα τα στάδια και εξηγούνται οι κανόνες ορθής υγιεινής πρακτικής, όπως το πλύσιμο των πρώτων υλών, η σωστή επεξεργασία τους και η χρήση του κατάλληλου σκεύους ή εργαλείου για το αντίστοιχο υλικό ή την ανάλογη ποσότητα. Στη συνέχεια, παρουσιάζονται οι βασικοί τρόποι κοπής λαχανικών σύμφωνα με τη διεθνή ονοματολογία/γαστρονομική ορολογία (ασέ, βισί, εμινσέ, ζουλιέν, μπατονέ(τ), μπρινουάζ, μπρινουαζέ, καρέ, καρτ, κονκασέ, ντεμι-λούρ, ντιαγκονάλ, ολιβέτ, πειζάν, ροντέλ, σιφονάντ, σισελέ, τουρνέ κ.λπ.). Παράλληλα, τονίζεται η σημασία της βιώσιμης γαστρονομίας, γιατί σχετίζεται με την ελαχιστοποίηση της σπατάλης μέσω περιβαλλοντικά βιώσιμων πρακτικών, όπως ορίζει η Εθνική Νομοθεσία και η Ενωσηιακή Νομοθεσία σύμφωνα με τους 17 Παγκόσμιους Στόχους της Βιώσιμης Ανάπτυξης του ΟΗΕ. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες, μέσω πρακτικών ασκήσεων, εφαρμόζουν τις γνώσεις τους στην επιλογή και τη διαχείριση των πρώτων υλών στη μαγειρική, αξιοποιώντας τις κατάλληλες τεχνικές. Προτείνεται, επίσης, η ενθάρρυν-

σή τους στην εφαρμογή περιβαλλοντικά βιώσιμων πρακτικών και την ορθολογική διαχείριση των απορριμμάτων (π.χ. συλλογή τηγανέλαιων, ανακύκλωση συσκευασιών, διαχωρισμό των απορριμμάτων, εγκατάσταση κάδου κομποστοποίησης κ.ά.).

2.1.B.8 | ΒΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΕΣ ΤΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ

Στην παρούσα μαθησιακή υποενότητα, αναλύονται οι βάσεις της κουζίνας, δηλαδή οι βασικές αρχές και οι τεχνικές που αποτελούν το θεμέλιο της επαγγελματικής μαγειρικής. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν να παρασκευάζουν ζωμούς/fonds (stock), να αναγνωρίζουν τα είδη τους, αλλά και τη μεγάλη σημασία τους στη μαγειρική. Παράλληλα, γνωρίζουν νέους όρους όπως είναι οι: κουρ μπουγιόν (court-bouillon), το ναζ (nage) το ρεμουγιάζ (remouillage), το εσάνς (essence), το γλάσο (glace) κ.ά. και κατανοούν τη χρήση του καθενός στις διάφορες παρασκευές. Στη συνέχεια, παρουσιάζεται η μέθοδος του λιεζόν (liaison) και αναλύονται οι διάφορες κατηγορίες του (με βάση το άμυλο, τους κρόκους αβγού, τους πουρέδες λαχανικών ή οσπρίων, με συμπίκνωση [reduction] κ.λπ.). Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην παρασκευή διαφόρων ειδών ρου (λευκού ξανθού, σκούρου) και τη χρήση τους. Γίνεται επεξήγηση των όρων μρεπουά (mirepoix) και ματινιόν (matignon) και υπογραμμίζονται τα κοινά στοιχεία και οι διαφορές τους ως προς την εφαρμογή τους. Παρουσιάζονται διάφορες τεχνικές διαχείρισης πρώτων υλών, όπως: κρεμμύδι πικέ, ντιξέλ, μπουκέ γαρνί (bouquet garni), νωπά και αποξηραμένα, κρεμμύδια μπρουλέ, διάφορα είδη φοντού (fondue), τρόποι παναρίσματος κ.ά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν τα είδη και το εύρος χρήσης των μαρινάδων, κατανοούν τη σημασία της σαλαμούρας, και παρασκευάζουν και χρησιμοποιούν διάφορα είδη γέμισης (farce). Στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών μαθησιακών μεθόδων και για την πληρέστερη κατανόηση της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες, μέσω πρακτικών ασκήσεων, θα εφαρμόσουν τις γνώσεις τους στις βάσεις της κουζίνας με χρήση των ανάλογων τεχνικών. Επίσης, προτείνεται η συνεργασία τους στη συμπλήρωση φύλλων εργασίας.

2.1.B.9 | ΜΕΘΟΔΟΙ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑΤΟΣ, ΤΡΟΠΟΙ ΨΗΣΙΜΑΤΟΣ (ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ, ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ, ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ)

Σε αυτή την υποενότητα, αναλύονται οι διάφορες μέθοδοι μαγειρέματος και οι τρόποι ψησίματος που χρησιμοποιούνται στην επαγγελματική κουζίνα. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατανοούν τις βασικές τεχνικές μαγειρικής, καθώς και τις πρακτικές συντήρησης και διατήρησης τροφίμων. Στο τέλος της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να εφαρμόζουν τις κατάλληλες μεθόδους μαγειρέματος ανάλογα με τον τύπο των πρώτων υλών και τα επιθυμητά αποτελέσματα (ως προς την υφή, τη γεύση, το χρώμα και τον όγκο). Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εφαρμόζουν τους βασικούς τρόπους και μεθόδους ψησίματος (βραστό, ποσέ, σοτέ, τηγανιτό, στον ατμό, σε μπεν μαρί, μπρεζέ, ποελέ, ραγού, φρικασέ, πανέ, γκρατέν κ.λπ.) και τους προσαρμόζουν σε κάθε συνταγή μέσω ενδεικτικών παρασκευών. Παράλληλα, γίνεται χρήση των κατάλ-

ληλων σκευών και εργαλείων ανάλογα με την εφαρμοζόμενη μέθοδο ή τεχνική, με έμφαση στην ασφάλεια και την ορθή πρακτική. Ειδική αναφορά γίνεται στις τεχνικές συντήρησης και διατήρησης τροφίμων, όπως είναι η ψύξη, η κατάψυξη, η ξήρανση, το πάστωμα, το κάπνισμα, το υγρό αλάτισμα και η κονσερβοποίηση. Η συντήρηση των τροφίμων είναι ζωτικής σημασίας για την εξασφάλιση της ασφάλειας και την παράταση της διάρκειας ζωής τους, καθώς και για τη διατήρηση, την ενίσχυση ή τη διαφοροποίηση της γεύσης τους. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες συμμετέχουν σε πρακτικές ασκήσεις για να εξασκηθούν και να αποκτήσουν αυτοπεποίθηση στις διάφορες μεθόδους και τεχνικές μαγειρικής. Μέσω της πρακτικής εξάσκησης, θα αναπτύξουν τις δεξιότητες που απαιτούνται για τη δημιουργία ποιοτικών και γευστικών εδεσμάτων, ωφέλιμων για τον ανθρώπινο οργανισμό.

2.1.B.10 | ΣΟΥΠΕΣ ΚΑΙ ΚΟΝΣΟΜΕ (ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ)

Στην παρούσα υποενότητα, παρουσιάζεται η έννοια του ζωμού/bouillon (broth) και η χρήση του, η οποία έχει πολλά κοινά, αλλά και διαφορές με το φον (stock), και αναλύονται οι κατηγορίες και τα είδη σούπας και κονσομέ. Οι σούπες διακρίνονται με βάση τη διαύγεια και την πυκνότητά τους σε διαυγείς και δεμένες. Επίσης, μια άλλη διάκρισή τους είναι σε ζεστές και κρύες. Οι βασικές κατηγορίες είναι οι διαυγείς ζωμοί, οι περασμένες σούπες, οι απέραστες, οι βελουτέ, οι εθνικές και οι τοπικές. Στους διαυγείς ζωμούς περιλαμβάνονται οι ζωμοί (broth) λαχανικών, κρέατος, κοτόπουλου κ.ά. και τα κονσομέ (μόσχου, ψαριού, πουλερικού κ.ά.). Οι τεχνικές παρασκευής περιλαμβάνουν το βράσιμο, το οποίο είναι η βασική μέθοδος για την παραγωγή ζωμών και σουπών, ενώ διευκρινίζεται η σημασία του ξαφρίσματος, του χαμηλού βρασμού (simmer) και άλλων τεχνικών για την επίτευξη ενός ποιοτικού αποτελέσματος και τη δημιουργία διαυγούς ζωμού ή κονσομέ. Ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στις εθνικές και τις τοπικές σούπες και τα χαρακτηριστικά τους (π.χ. borscht, minestrone, gazpacho, tarator κ.ά.), με έμφαση στις ελληνικές σούπες (σούπα με φακές, με ρεβίθια, φασολάδα, ψαρόσουπα, τραχανάς, γιουβαρλάκια, κοτόσουπα με αβγολέμονο κ.ά.) και τις διαφορές τους κατά τόπους. Τέλος, ειδική αναφορά γίνεται στους σύγχρονους τρόπους παρουσίασης σούπας (με «θέμα» και με συνοδευτικά), καθώς και στους τρόπους σερβιρίσματος. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να εφαρμόσουν στο εργαστήριο τις μεθόδους παρασκευής σούπας και κονσομέ, καθώς θα τους βοηθήσουν να κατανοήσουν τις βασικές αρχές και τις τεχνικές που υπάρχουν πίσω από κάθε παρασκευή.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Αναστόπουλος, Γ., Αβακιάν, Ι. & Κηπουρός, Κ. (2022). *Εγκαταστάσεις και εξοπλισμός επιχειρήσεων εστίασης και φιλοξενίας*. Αθήνα: Εκδόσεις Λεξίτυπον.
2. Σαράντος, Ν. & Χειλαδάκης, Σ. (2005). *Μαγειρική τέχνη – Εκπαιδευτική επαγγελματική μαγειρική*. Αθήνα: ΟΤΕΚ.

Συμπληρωματικές

1. Δημητρακόπουλος, Ε., Κατσώνης, Α. & Κηπουρός, Κ. (2021). *Τρόποι κοπής λαχανικών*. Αθήνα: Εκδόσεις Λεξίτυπον.
2. Freedman Ρ. (επιμ.). (2009). *Ιστορία της Γεύσης* (μτφρ. Β. Ποταμιάνου). Αθήνα: Εκδόσεις Polaris.
3. Κατσώνης, Α., Δημητρακόπουλος, Ε. & Κηπουρός, Κ. (2017). *Απλά & σύνθετα βούτυρα*. Αθήνα: Εκδόσεις Λεξίτυπον.

2.1.Γ • ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ I

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι η εισαγωγή των εκπαιδευομένων στις βασικές αρχές και λειτουργίες της ζαχαροπλαστικής τέχνης και στους κανόνες που τη διέπουν. Στην ενότητα αυτή, αναλύονται διεξοδικά οι βασικές έννοιες, ο ορισμός του επαγγέλματος, η σύνθεση του προσωπικού, η αναγκαιότητα χρήσης επαγγελματικής στολής, οι βάσεις της ζαχαροπλαστικής, καθώς και η ιστορία, η εξέλιξη και ο ρόλος της ζαχαροπλαστικής τέχνης στον επαγγελματικό χώρο. Παρουσιάζεται, τόσο σε θεωρητικό όσο και σε πρακτικό επίπεδο, το πλαίσιο λειτουργίας ενός ζαχαροπλαστείου, είτε αυτό αποτελεί μέρος της επαγγελματικής κουζίνας μιας επισιτιστικής επιχείρησης είτε ένα αυτοτελές κατάστημα-εργαστήριο παραγωγής προϊόντων ζαχαροπλαστικής. Επίσης, παρουσιάζεται η διεθνής ορολογία, οι βασικές παρασκευές και τεχνικές ζαχαροπλαστικής, τα κύρια υλικά και οι ιδιότητές τους. Τέλος, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εφοδιάζονται με όλες τις απαραίτητες γνώσεις για την υγιεινή χώρου, τις τεχνικές εγκαταστάσεις και, γενικότερα, τις προδιαγραφές που πρέπει να πληροί ένα επαγγελματικό ζαχαροπλαστείο⁵.

5 Πηγή: Οδηγός Σπουδών «Ειδικότητα: Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης - Αρχιμάγειρας (Chef)» (2η έκδοση, Σεπτέμβριος 2024): https://www.gsvetlly.minedu.gov.gr/publications/docs2023/82_Chef.pdf

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Περιγράφουν τις αρμοδιότητες του προσωπικού ενός ζαχαροπλαστείου, τους χώρους ευθύνης και τους βασικούς χειρισμούς ατομικών εργαλείων,
- Χρησιμοποιούν την ορολογία και τους εξειδικευμένους όρους της ζαχαροπλαστικής τέχνης σύμφωνα με τα διεθνή πρότυπα και τα χαρακτηριστικά του επαγγέλματος,
- Χρησιμοποιούν τα καθιερωμένα μετρικά συστήματα ζαχαροπλαστικής, επιλέγοντας τα πιο κατάλληλα για κάθε υλικό,
- Οργανώνουν τον χώρο ευθύνης τους, τα πόστα εργασίας, τα προϊόντα και τις πρώτες ύλες προς επεξεργασία, με σεβασμό στους κανόνες ορθής πρακτικής,
- Ελέγχουν το πλάνο υγιεινής και ασφάλειας των παραγόμενων ειδών και του χώρου παραγωγής,
- Αναγνωρίζουν τα είδη των διογκωτικών υλών του γάλακτος και των προϊόντων του, τα λίπη και τα έλαια, τις γλυκαντικές ύλες, τα προϊόντα ζάχαρης, τα αβγά και τα παράγωγά τους, καθώς και τις εδώδιμες και αρωματικές και αρτυματικές ύλες της ζαχαροπλαστικής,
- Διακρίνουν τα άλευρα και τις ιδιότητές τους, καθώς και τις ιδιότητες άλλων προϊόντων και παραγώγων αυτών, όπως είναι το κακάο και η σοκολάτα,
- Χειρίζονται τα διάφορα εργαλεία ζαχαροπλαστικής,
- Εκτελούν ενδεικτικές παρασκευές ζαχαροπλαστικής με βασικά είδη ζύμης,
- Παρασκευάζουν, ενδεικτικά, διάφορα προϊόντα που διογκώνονται με χημικό αερισμό και με χρήση όλων των τύπων μαγιάς.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Ζαχαροπλαστική / Τέχνη / Ζαχαροπλαστείο / Συνταγή / Πρώτες ύλες / Εργαλεία / Εγκαταστάσεις / Ζύμες / Κρέμες.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (1), Εργαστήριο (2), Σύνολο (3).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

Α/Α	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΣΤΗ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ
2	ΔΙΕΘΝΗΣ ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ
3	ΟΡΓΑΝΟΓΡΑΜΜΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟΥ ΚΑΙ CATERING
4	ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΗΣ/-ΙΣΣΑ
5	ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ
6	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΧΩΡΟΥ ΚΑΙ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ - ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟ
7	ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΛΥΚΑ
8	ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΓΛΥΚΩΝ

Κείμενο αναφοράς

2.1.Γ.1 | ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΣΤΗ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ

Η μαθησιακή ενότητα εισάγει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες στις βασικές έννοιες της ζαχαροπλαστικής τέχνης. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην ιστορική εξέλιξη των διαφόρων γλυκών και στη σύνδεσή τους με τις ανάγκες των καταναλωτών αλλά και τη δημιουργική φαντασία των ζαχαροπλαστών. Επίσης, αναλύεται το σύνολο των γλυκών που προσφέρονται από τις επιχειρήσεις εστίασης και επεξηγείται ο τρόπος παρουσιάσής τους. Περιγράφονται κλασικές συνταγές που συνδέθηκαν με ιστορικά γεγονότα, τοπωνύμια και ιστορικές προσωπικότητες με θεσμική θέση που ανέδειξαν γλυκά με γυναικεία συνήθως ονόματα. Εξηγείται η συμβολή των μαγείρων στη ζαχαροπλαστική και η εδραίωση του επαγγέλματος στις κουζίνες των μεγάλων οίκων. Επίσης, αναφέρονται σπουδαία ζαχαροπλαστεία που είτε υπάρχουν ακόμη είτε έκλεισαν αφήνοντας παρακαταθήκη τη συνταγή κάποιου γλυκού τους. Παράλληλα, επισημαίνεται η συμβολή των σπουδαίων chefs στην ανάπτυξη της ζαχαροπλαστικής και αναφέρονται τα ονόματα των σημαντικών ζαχαροπλαστών στις ημέρες μας, οι οποίοι προβάλλουν την τέχνη τους στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης. Τέλος, αναφέρονται οι γλυκείς γαστρονομικοί προορισμοί στην Ελλάδα, με έμφαση στα γεγονότα που δημιούργησαν τη φήμη κάθε γλυκού και στις αξίες στις οποίες στηρίχθηκαν οι πρώτες επιχειρήσεις που είχαν την τόλμη να τα αναδείξουν.

2.1.Γ.2 | ΔΙΕΘΝΗΣ ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ

Η παρούσα μαθησιακή υποενότητα είναι σημαντική για τον χώρο της ζαχαροπλαστικής, γιατί αφορά την απόκτηση εξειδικευμένης γνώσης διεθνών όρων και εννοιών. Η ζαχαροπλαστική είναι μια διεθνώς αναγνωρισμένη τέχνη και η εξοικείωση με την ορολογία της είναι απαραίτητη για την αποτελεσματική επικοινωνία και την επαγγελματική εξέλιξη στον χώρο. Σε αυτή την υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες έρχονται

σε επαφή με τους διεθνείς όρους για διάφορα γλυκά, τεχνικές, υλικά και διακοσμήσεις. Εξετάζονται τα διεθνή πρότυπα και οι διαδικασίες που διέπουν τον τομέα παγκοσμίως. Η επάρκεια στη διεθνή ορολογία της ζαχαροπλαστικής επιτρέπει στους/στις επαγγελματίες να συνεργάζονται και να επικοινωνούν αποτελεσματικά με συναδέλφους/-ισες από διάφορες χώρες και πολιτισμούς, ανταποκρινόμενοι/-ες στις διεθνείς απαιτήσεις και τάσεις. Προτείνεται οι εκπαιδευτές/-τριες να χρησιμοποιήσουν πρακτικά παραδείγματα και δείγματα προϊόντων ζαχαροπλαστικής για την πληρέστερη κατανόηση της διεθνούς ορολογίας. Συνοψίζοντας, η συγκεκριμένη υποενότητα αναδεικνύει τη σημασία της διεθνούς ορολογίας στη ζαχαροπλαστική, εφοδιάζοντας τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες με τις γνώσεις και τις δεξιότητες που απαιτούνται για την επιτυχημένη σταδιοδρομία τους σε αυτόν τον δημιουργικό και παγκόσμιο κλάδο. Η συστηματική και προοδευτική ανάλυση της διεθνούς ορολογίας αποκτά ιδιαίτερη σημασία, δίνοντας έμφαση στην εννοιολογική προσέγγιση και την ερμηνεία των όρων στον επαγγελματικό τομέα της ζαχαροπλαστικής.

2.1.Γ.3 | ΟΡΓΑΝΟΓΡΑΜΜΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟΥ ΚΑΙ CATERING

Η συγκεκριμένη υποενότητα παρέχει στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες μια σε βάθος κατανόηση του ρόλου και των ευθυνών κάθε θέσης εργασίας σε ένα ζαχαροπλαστείο. Αρχικά, οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενημερώνονται για τα τμήματα και τις θέσεις εργασίας σε ένα ζαχαροπλαστείο ή τμήμα ζαχαροπλαστικής μιας οργανωμένης κουζίνας. Έτσι, κάθε επαγγελματία ή εκπαιδευόμενος/-η που αποτελεί μέλος μιας μεγάλης ομάδας (γαλλικά: brigade) σε ξενοδοχείο ή εστιατόριο ή κρουαζιερόπλοιο, τοποθετείται στο ανάλογο τμήμα με βάση τη θέση εργασίας του/της. Στο τμήμα αρτοζαχαροπλαστικής ή ζαχαροπλαστικής μιας πολυάριθμης κουζίνας, ο/η ζαχαροπλάστης/-ισσα είναι επιφορτισμένος/-ή με την προετοιμασία των πρωινών, των ζυμών, των γλυκών κ.λπ.. Στη συνέχεια, εξετάζεται η δομή της επαγγελματικής κουζίνας με βάση τη λογιστική της κατηγοριοποίηση: αρχιμάγειρας/-ισσα (chef de cuisine), βοηθός αρχιμάγειρα/-ισσας (sous chef), μάγειρας/-ισσα Α΄ (chef de partie), μάγειρας/-ισσα Β΄ (demi chef), μάγειρας/-ισσα Γ΄ (commis de chef), εκπαιδευόμενος/-η μάγειρας/-ισσα (trainee), αρτοζαχαροπλάστης/-ισσα (pastry-bakery chef), εκπαιδευόμενος/-η αρτοζαχαροπλάστης/-ισσα (trainee). Επιπρόσθετα, εξετάζεται η κατηγοριοποίηση σε μεγάλη μονάδα εστίασης/catering βάσει θέσεων εργασίας: chef (αρχιμάγειρας/-ισσα), sous chef (υπεύθυνος/-η μάγειρας/-ισσα κάτω από τον/τη chef), entremetier/-ère (μάγειρας/-ισσα γαρνιτούρας), rôtiisseur/-euse (ψήστης/-τρια κρεάτων και ψαριών), garde manger (μάγειρας/-ισσα κρύας κουζίνας), poissonnier/-ère (μάγειρας/-ισσα θαλασσινών), tournant (αναπληρωτής/-τρια μάγειρας/-ισσα), saucier/-ère (σαλτσιέρης/-ισσα), pâtissier/-ère (ζαχαροπλάστης/-ισσα), personnel (μάγειρας/-ισσα προσωπικού). Συνοψίζοντας, η τρέχουσα μαθησιακή υποενότητα εφοδιάζει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες με τις βασικές γνώσεις και δεξιότητες που απαιτούνται για τη θέση του/της ζαχαροπλάστη/-ισσας.

2.1.Γ.4 | ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΑΣ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΗΣ/-ΙΣΣΑ

Στην τρέχουσα υποενότητα, αναφέρονται τα χαρακτηριστικά που πρέπει να έχει ένας/μία επαγγελματίας στον τομέα της ζαχαροπλαστικής είτε εργάζεται σε ζαχαροπλαστείο είτε σε βιομηχανία παρασκευής γλυκών. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στο προφίλ του/της επαγγελματία που εντάσσεται σε ομάδα παρασκευής φρέσκων γλυκών, όπου η εξειδίκευση είναι απαραίτητη. Επίσης, παρουσιάζονται τα χαρακτηριστικά της εποχικής απασχόλησης σε επιχειρήσεις οι οποίες, λόγω της φύσης τους, των καιρικών συνθηκών ή των πρώτων υλών που χρησιμοποιούν, λειτουργούν από 2 έως 9 μήνες τον χρόνο. Οι εποχικοί εργαζόμενοι δικαιούνται τακτική επιδότηση ανεργίας από το κράτος για το διάστημα που δεν απασχολούνται κάπου. Επιπλέον, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν τις δεξιότητες που πρέπει να έχουν ως επαγγελματίες της εστίασης, όπως: επικοινωνιακές ικανότητες, ευχέρεια λόγου, ευγένεια και υπομονή, πνεύμα ομαδικής συνεργασίας, οργανωτικότητα, αποφασιστικότητα, ηγετικές ικανότητες, γνώση ξένων γλωσσών, αίσθημα κοινωνικής ευθύνης, ικανότητα διαχείρισης άγχους και εργασίας υπό πίεση χρόνου. Συνιστάται να γίνει αναφορά στον ρόλο της στολής (dress code) του/της επαγγελματία μέσα στον χώρο εργασίας, επειδή η καθημερινή επαφή με τους πελάτες, οι ιδιαίτερες καιρικές συνθήκες (ζέστη, υγρασία, ήλιος) αλλά και οι κανόνες υγιεινής απαιτούν άψογη εμφάνιση. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες συζητούν και καθορίζουν τη στολή τους για τις επισκέψεις που πραγματοποιούν στο πλαίσιο άλλων μαθημάτων. Τέλος, αναπτύσσονται διάλογοι που στοχεύουν στην καλλιέργεια ξενοδοχειακής και εστιατορικής κουλτούρας, επαγγελματικής συμπεριφοράς απέναντι σε συναδέλφους/-ισσες και μελλοντικούς πελάτες, καθώς και στην κατάλληλη προετοιμασία για την εκπαιδευτική και επαγγελματική τους πορεία.

2.1.Γ.5 | ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ

Στην εν λόγω μαθησιακή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τις τεχνικές δημιουργίας γλυκών για εστιατόριο, ζαχαροπλαστείο ή ξενοδοχείο. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στον συνδυασμό θεωρητικών γνώσεων με την πρακτική εφαρμογή στις επαγγελματικές κουζίνες και τα τμήματα ζαχαροπλαστικής. Στο πλαίσιο αυτό, επισκέπτονται εργαστήρια ζαχαροπλαστών και βιομηχανιών γλυκών, ώστε να διαπιστώσουν τις διαφορές μεταξύ των εργαστηρίων και των παρασκευών, αλλά κυρίως να εντοπίσουν εξειδικευμένες τεχνικές παρασκευής. Η υποενότητα στοχεύει στην εξέλιξη των εκπαιδευομένων και στην ενίσχυση του επαγγελματισμού τους. Παρουσιάζονται και αναλύονται οι βασικές τεχνικές της ζαχαροπλαστικής τέχνης και το σύνολο των γλυκών που προσφέρονται από μία μονάδα εστίασης ή ένα εργαστήριο ζαχαροπλαστικής. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενημερώνονται για τις παραδοσιακές τεχνικές, ενώ παράλληλα εναρμονίζονται με τις σύγχρονες διατροφικές τάσεις, όπως είναι η μείωση της ζάχαρης, αύξηση χρήσης εποχικών φρούτων, η προσθήκη φυσικών χρωμάτων και αξιοποίηση πρώτων υλών από την τοπική αγορά. Επίσης, παρουσιάζονται τεχνικές που ακολουθούνται για την παρασκευή γλυκών διαφορετικών τύπων επιχειρήσεων

ανάλογα με τις απαιτήσεις των καταναλωτών. Ολοκληρώνοντας τη μαθησιακή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να γνωρίζουν τις βασικές τεχνικές της ζαχαροπλαστικής και να προσδιορίζουν τον απαιτούμενο εξοπλισμό για την παρασκευή και την παρουσίαση των γλυκών τους.

2.1.Γ.6 | ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΧΩΡΟΥ ΚΑΙ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ - ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟ

Στη συγκεκριμένη μαθησιακή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες πρέπει να δημιουργήσουν την πρότυπη εικόνα ενός εργαστηρίου, προσδιορίζοντας το οργανωμένο και αποτελεσματικό εργασιακό περιβάλλον. Εστιάζονται στη διαμόρφωση του χώρου εργασίας (γαλλικά: mise en place), φροντίζοντας για τη βέλτιστη διάταξη του εξοπλισμού, των συσκευών και των προϊόντων, ώστε να διασφαλίζεται η εύκολη πρόσβαση και χρήση τους. Η διατήρηση λίστας με τα απαραίτητα εργαλεία και προϊόντα και η ορθή επιλογή τους βοηθούν στον καλύτερο προγραμματισμό και στην εκτέλεση των συνταγών. Η οργάνωση απαιτεί συνεργασία με την υπόλοιπη ομάδα ώστε να διαχειριστούν αρτιότερα τις πρώτες ύλες, τους πόρους και τον χρόνο τους. Στο πλαίσιο αυτό, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τις μεθόδους χρήσης και συντήρησης των προσωπικών εργαλείων και του εξοπλισμού ενός εργαστηρίου, όπως μαχαίρια, σακούλες ζαχαροπλαστικής, μαρίζ κ.ά. Η παραλαβή, η αποθήκευση και η ταξινόμηση των πρώτων υλών είναι βασικές αρχές στις οποίες εκπαιδεύονται για ευκολότερη πρόσβαση και αποτελεσματική χρήση τους. Παράλληλα, μαθαίνουν να οργανώνουν τον χρόνο τους βάσει πλάνου εργασίας, με σκοπό την αποδοτικότερη παρασκευή των εδεσμάτων ως προς το τελικό αποτέλεσμα και την κοστολόγηση. Τέλος, αυτή η μαθησιακή υποενότητα εφοδιάζει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες με τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες ώστε να είναι σε θέση να διαχειρίζονται αποτελεσματικά ένα εργαστήριο-ζαχαροπλαστείο, ενισχύοντας την ασφάλεια, την παραγωγικότητα και την ποιότητα εργασίας τους.

2.1.Γ.7 | ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΓΛΥΚΑ

Στην υποενότητα αυτή, περιγράφεται η πολιτισμική αξία των παραδοσιακών γλυκών και αυτά ταξινομούνται ανά τόπο, όπως λουκούμια της Σύρου, αμυγδαλωτά της Άνδρου, το ρεβανί της Βέροιας, η καρπουζόπιτα της Μήλου, το παστέλι με μέλι της Τζιας, το τρίγωνο Πανοράματος στη Θεσσαλονίκη κ.ά. Επίσης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν παραδοσιακά γλυκά ή γλυκά συνδεδεμένα με τη θρησκεία, όπως μελομακάρονα, κουραμπιέδες, κουλουράκια του Πάσχα, μουσταλευριά, μουστοκούλουρα, βαρβάρα (κολυβόσμο), κόλλυβα. Στο τέλος της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα σε θέση να αναγνωρίζουν και να ετοιμάζουν παραδοσιακά γλυκά, να προσδιορίζουν την υφή, την όψη, τη γεύση, τον τρόπο παρουσίαση και την τιμή πώλησής τους. Επίσης, αναλύονται γλυκά συνδεδεμένα με συγκεκριμένους τόπους, κοινωνικά και ιστορικά γεγονότα, γλυκά που πωλούνται στα καταστήματα ζαχαροπλαστικής σύγχρονης στάσης καθώς και σε καταστήματα με αναμνηστικά, με ιδιαίτερη αναφορά

στα σιροπιαστά, όπως είναι ο μπακλαβάς, οι λουκουμάδες, οι τουλούμπες, η πορτοκαλόπιτα κ.ά. Επίσης, αναλύεται ο τρόπος παρασκευής των γλυκών κουταλιού και των μαρμελάδων. Στη συνέχεια, αναφέρονται παραδοσιακά γλυκά που καθιερώθηκαν κυρίως από αστικά εστιατόρια, ενώ δίνονται παραδείγματα καλών πρακτικών προώθησης των τοπικών γλυκών από Γυναικείους Συνεταιρισμούς και Κοινωνικούς Συνεταιρισμούς. Επισημαίνεται ότι οι πρώτες ύλες είναι συνήθως τοπικές και συμβάλλουν στη μείωση του περιβαλλοντικού αποτυπώματος. Τέλος, αναφέρονται και διεθνή γλυκά που υιοθετήθηκαν από ζαχαροπλαστεία και επιχειρήσεις και έγιναν μέρος της τοπικής συνήθειας, όπως το αρμενοβίλ στη Θεσσαλονίκη, το ναπολεόν στο Ελατοχώρι, η καριόκα στην Ξάνθη κ.ά.

2.1.Γ.8 | ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΓΛΥΚΩΝ

Στην τελευταία μαθησιακή υποενότητα, εξετάζονται οι κατηγορίες των γλυκών που συναντώνται στα ζαχαροπλαστεία και τα εστιατόρια. Ειδικότερα, περιγράφονται μια σειρά γλυκά δομημένα σε κατηγορίες με βάση, συχνά, τη χωροταξία των βιτρινών του ζαχαροπλαστείου, καθώς και την κατηγορία του γεύματος. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες πρέπει να αναφέρουν τις ιδιαιτερότητες κάθε γλυκού ως προς τα υλικά αλλά και τις τεχνικές παρασκευής τους. Επίσης, προσδιορίζονται οι κατηγορίες των γλυκών βάσει του τρόπου ψύξης, της πρώτης ύλης, της τεχνικής και της εθνικότητάς τους. Στη συνέχεια, γίνεται αναφορά στα απλά γλυκά που προσφέρονται σε μπουφέ ή σε ζαχαροπλαστεία, καθώς και ως brunch σε εστιατόρια και μπιστρό. Αναλύεται η παρασκευή κάθε γλυκού, προσδιορίζεται η λειτουργία του αντίστοιχου τμήματος και ομαδοποιούνται τα κοινά σημεία στη διαδικασία οργάνωσης, διαχείρισης και παραγωγής. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν τους τρόπους διατήρησης των τελικών προϊόντων σε ειδικές προθήκες ή βιτρίνες συντήρησης βάσει των κανόνες υγιεινής, αλλά και τις τεχνικές προβολής που ακολουθούν τα ζαχαροπλαστεία. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην αισθητική παρουσίαση του προϊόντος και στον προσδιορισμό του χρόνου διατήρησής τους στις βιτρίνες του καταστήματος. Καταγράφονται τα γλυκά που παρουσιάζουν τα τοπικά ζαχαροπλαστεία και αναλύονται τα ποιοτικά χαρακτηριστικά τους. Τέλος, γίνεται αναφορά στα γλυκά εστιατορίου, τα οποία προϋποθέτουν μεγαλύτερη τεχνική εξειδίκευση και εμπειρία όσον αφορά τον συνδυασμό των γεύσεων μέσα στο γλυκό, αλλά και την αρμονία τους με τα βασικά αλμυρά πιάτα του μενού.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Αγγελούσης, Γ. & Schild, E. (2014). *Ζαχαροπλαστική τέχνη για μάγειρες*. Αθήνα: Εκδόσεις Ίων.
2. Παρλιάρος, Σ. (2023). *Ελληνική ζαχαροπλαστική. Συνταγές, ιστορίες, αναμνήσεις*. Αθήνα: Εκδόσεις Πεδίο.

Συμπληρωματικές

1. Καραγιάννης, Γ. (2016). *Ψωμί και ζύμες. 130 παραδοσιακές συνταγές απ' την Ελλάδα και τον κόσμο*. Αθήνα: Εκδόσεις Ψύχαλου.
2. Βουτσινά, Ε. (2007). *Γεύση ελληνική (τόμος Α': Ψωμιά – κουλούρια – παξιμαδερά – πιτίτσες)*. Αθήνα: Εκδόσεις Καστανιώτη.

2.1.Δ • ΥΓΙΕΙΝΗ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός της μαθησιακής ενότητας είναι να αποκτήσουν οι εκπαιδευόμενοι/-ες τις απαραίτητες γνώσεις σχετικά με την υγιεινή και την ασφάλεια των τροφίμων σε μια επισιτιστική επιχείρηση. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατανοούν τις βασικές αρχές της υγιεινής τροφίμων και την εφαρμογή τους σε έναν επαγγελματικό χώρο υγειονομικού ενδιαφέροντος. Τέλος, επεξηγείται η γενική διαχείριση των τροφίμων μέσα από τους κανόνες των οδηγιών του Ενιαίου Φορέα Ελέγχου Τροφίμων (ΕΦΕΤ), καθώς και άλλων φορέων ελέγχου.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Ορίζουν τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας τροφίμων,
- Αναγνωρίζουν τους κινδύνους που υπάρχουν στη διαχείριση των τροφίμων,
- Διακρίνουν τις διαφορές μεταξύ της ασφάλειας και της ποιότητας των τροφίμων,
- Αναγνωρίζουν τους παράγοντες κινδύνου (hazards) στα τρόφιμα (βιολογικούς, χημικούς, φυσικούς, αλλεργιογόνους),
- Εφαρμόζουν τις αρχές και τα στάδια εφαρμογής του Hazard Analysis and Critical Control Point (HACCP),
- Συστηματοποιούν την υγιεινή του προσωπικού στον χώρο εργασίας,
- Ερμηνεύουν τις ορθές πρακτικές υγιεινής των οδηγιών του ΕΦΕΤ ή και άλλων οργανισμών,

- Προβλέπουν τα προβλήματα που ενδεχομένως προκύψουν από τις διεργασίες επεξεργασίας τροφίμων,
- Προτείνουν τρόπους πρόληψης εσφαλμένων συμπεριφορών του καταναλωτή κατά την οικιακή πρακτική χειρισμού και επεξεργασίας των τροφίμων,
- Αναγνωρίζουν τις ευθύνες και τις νομικές υποχρεώσεις της θέσης εργασίας τους.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Υγεία και υγιεινή / Επαγγελματική νόσος / Ασφάλεια εργασίας / Λοιμώδη νοσήματα / Μέσα ατομικής προστασίας / Εργατικό ατύχημα / Πρόληψη ατυχημάτων / HACCP / Σήμανση ασφάλειας / Πυρόσβεση και πυρασφάλεια.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο (2).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΒΑΣΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ: ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΥΓΙΕΙΝΗ
2	ΒΑΣΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ
3	ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ
4	ΣΗΜΑΝΣΗ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ
5	ΜΕΣΑ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ
6	ΥΓΙΕΙΝΗ ΧΩΡΩΝ ΚΑΙ ΕΡΓΑΛΕΙΩΝ, ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΑ ΥΓΙΕΙΝΗΣ
7	ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΕΣ ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ: ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΠΡΟΦΥΛΑΞΗ
8	ΠΥΡΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΚΑΙ ΠΥΡΑΣΦΑΛΕΙΑ
9	ΥΓΙΕΙΝΗ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Κείμενο αναφοράς

2.1.Δ.1 | ΒΑΣΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ: ΥΓΕΙΑ ΚΑΙ ΥΓΙΕΙΝΗ

Η μαθησιακή ενότητα εισάγει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες στις έννοιες της υγείας, της δημόσιας υγείας, της υγιεινής, της νόσου και των λοιμωδών και μη λοιμωδών νοσημάτων. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη σύνδεση της υγιεινής με την πρόκληση ασθενειών και επιδημιών. Η υποενότητα εστιάζεται στις έννοιες της επιδημιολογίας, στην επιδημιολογία λοιμωδών και γενετικών νόσων και νοσημάτων παγκόσμιου ενδιαφέροντος (Global Health). Ολοκληρώνοντας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα έχουν εμπεδώσει τη συμβολή της υγιεινής στην πρόληψη ασθενειών και την προαγωγή της υγείας στο επαγγελματικό περιβάλλον, για την άσκηση της επαγγελματικής τους δραστηριότητας. Περιγράφεται η εικόνα διαφόρων τύπων επιδημιών και των απαιτούμενων μέτρων για την αποτελεσματική διαχείρισή τους. Αναφέρονται τύποι επιδημιολογι-

κών ερευνών και επεξηγούνται οι όροι «δείκτης νοσηρότητας» και «δείκτης θνησιμότητας». Γίνεται αναφορά στην περιβαλλοντική επιδημιολογία και στους περιβαλλοντικούς παράγοντες που αποτελούν κίνδυνο για τη δημόσια υγεία, ενώ επεξηγείται η επιδημιολογική επιτήρηση. Ακολούθως, αναλύονται η έννοια και οι στρατηγικές της προαγωγής υγείας και επεξηγείται ο όρος «πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας». Εξετάζονται η πρόληψη κοινών και επαγγελματικών νόσων και τα πεδία εφαρμογής της. Περιγράφονται βασικά μέτρα και κανόνες για την ελαχιστοποίηση των μολύνσεων και των λοιμώξεων στους επαγγελματικούς χώρους, επεξηγείται η συμβολή της ατομικής υγιεινής και των εμβολιασμών στην πρόληψη νόσων, της αντισηψίας και των αντισηπτικών, της απολύμανσης και της αποστείρωσης, ενώ αναλύεται το πρόβλημα της βακτηριακής αντοχής και ανθεκτικότητας. Τέλος, αναφέρονται οι διεθνείς οργανώσεις υγείας και ο ρόλος τους σε θέματα δημόσιας υγείας και υγιεινής. Για τη διδασκαλία της υποενότητας προτείνονται η τεχνική της εμπλουτισμένης εισήγησης, κατάλληλη για εισαγωγή νέων θεμάτων και μελέτες περίπτωσης για τον προβληματισμό και την κινητοποίηση του ενδιαφέροντος των εκπαιδευομένων.

2.1.Δ.2 | ΒΑΣΙΚΕΣ ΕΝΝΟΙΕΣ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Η μαθησιακή υποενότητα εισάγει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες στην έννοια της ασφάλειας στους χώρους εργασίας. Συγκεκριμένα, καθορίζονται και διακρίνονται έννοιες που αφορούν το ασφαλές περιβάλλον εργασίας. Επιδίωξη της συγκεκριμένης υποενότητας είναι η εξοικείωση με τους βασικούς κανόνες της νομοθεσίας υγείας και ασφάλειας, τους παράγοντες κινδύνου στο εργασιακό περιβάλλον, τη λήψη μέτρων και την εφαρμογή ασφαλών πρακτικών, καθώς και την αποφυγή ατυχημάτων, τα οποία μπορεί να κοστίσουν ανθρώπινες ζωές. Προκειμένου οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εμπεδώσουν την αξία της ασφάλειας στον εργασιακό χώρο, προτείνεται η διδασκαλία μέσω εμπλουτισμένης εισήγησης και συζήτησης, με εστίαση στη μελέτη των εννοιών της υγείας και της ασφάλειας στην εργασία, της πηγής και εκτίμησης κινδύνου, της υγείας, της επαγγελματικής ασθένειας, του εργατικού ατυχήματος, των συνεπειών και της πρόληψης. Ακολούθως, αναφέρεται το νομοθετικό πλαίσιο προστασίας των εργαζομένων και τα όργανα βελτίωσης των συνθηκών εργασίας, ο τεχνικός ασφαλείας και ο ιατρός εργασίας. Περιλαμβάνονται οι κανόνες ασφάλειας όσον αφορά το επάγγελμα του/της Τεχνικού Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρα/-ισσας, και η πρόληψη των ατυχημάτων στον επαγγελματικό χώρο. Αναλύεται η εκτίμηση και η αξιολόγηση του επαγγελματικού κινδύνου και, στη συνέχεια, περιγράφεται η προστασία από έκθεση σε χημικούς, φυσικούς και βιολογικούς παράγοντες, τόσο με συλλογικά μέτρα όσο και με την ασφαλή χρήση μέσων ατομικής προστασίας. Τέλος, επισημαίνεται η αναγκαιότητα συμμόρφωσης στη σήμανση ασφαλείας και στην τήρηση αρχείων υγείας και ασφάλειας στον χώρο εργασίας. Ως πρακτική μελέτη και εξάσκηση, προτείνονται εκπαιδευτικές επισκέψεις στους επαγγελματικούς χώρους και καταγραφή καλών ή κακών πρακτικών ασφάλειας στην εργασία.

2.1.Δ.3 | ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ

Σε αυτή την υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες επικεντρώνονται στους παράγοντες κινδύνου στον χώρο εργασίας τους και στον βαθμό έκθεσής τους σε αυτούς. Ολοκληρώνοντας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα αναγνωρίζουν τους παράγοντες κινδύνου στο εργασιακό τους περιβάλλον και θα εφαρμόζουν τις προβλεπόμενες επιθυμητές υγειονομικές συνθήκες και τα πρωτόκολλα κατά την εκτέλεση της εργασίας τους. Η δυνατότητα εργασίας του/της Τεχνικού Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρα/-ισσας σε διάφορα επαγγελματικά περιβάλλοντα οδηγεί στην ανάγκη μελέτης των ποικίλων επαγγελματικών κινδύνων με τους οποίους έρχονται αντιμέτωποι καθημερινά και αποτελούν απειλή για τη σωματική αλλά και την ψυχολογική τους υγεία. Η υποενότητα εστιάζεται στους κινδύνους, στις κατηγορίες τους (φυσικοί, χημικοί, βιολογικοί), στις συνθήκες του χώρου εργασίας (φωτισμό, θερμοκρασία, θόρυβο), στον εξοπλισμό ασφάλειας και στην εργονομία. Αναφέρονται οι στρεσογόνες συνθήκες, ο φόρτος εργασίας και η πίεση που συχνά αντιμετωπίζουν οι εργαζόμενοι/-ες στον χώρο της κουζίνας και περιγράφεται η μεθοδολογία μελέτης και εκτίμησης επαγγελματικού κινδύνου, με ανάλυση των βημάτων που ακολουθούνται. Προτείνεται εντοπισμός των πηγών κινδύνου αφενός με παρατήρηση του εργασιακού χώρου, και αφετέρου με ερωτηματολόγια που συμπληρώνουν οι εργαζόμενοι/-ες. Υπογραμμίζεται ότι ο υπολογισμός του κινδύνου γίνεται ποιοτικά για κάθε πηγή κινδύνου και κάθε θέση εργασίας, παράλληλα με μετρήσεις των βλαπτικών παραγόντων του εργασιακού χώρου. Ακολουθεί η αξιολόγηση του κινδύνου, λαμβάνοντας υπόψη τα υπάρχοντα μέτρα πρόληψης, προφύλαξης, και η απόφαση για νέα μέτρα. Για τη διδασκαλία της υποενότητας, προτείνεται η τεχνική του καταγισμού ιδεών, με ενεργή συμμετοχή των εκπαιδευομένων και ελεύθερη έκφραση σχετικών γνώσεων ή αντιλήψεων.

2.1.Δ.4 | ΣΗΜΑΝΣΗ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ

Η συγκεκριμένη υποενότητα έχει σκοπό την ευαισθητοποίηση και την εξοικείωση των εκπαιδευομένων με τη σηματοδότηση του επαγγελματικού χώρου. Ολοκληρώνοντας την υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να αναφέρουν βασικούς κανόνες της νομοθεσίας που διέπουν την υγεία και την ασφάλεια στον χώρο εργασίας, και να ακολουθούν πιστά τις οδηγίες σηματοδότησης και ασφάλειας για την πρόληψη ατυχημάτων. Η υποενότητα εστιάζεται στην αναφορά και την επεξήγηση εννοιών όπως: μόνιμη σήμανση, σήμανση απαγόρευσης, σήμανση υποχρέωσης, σήμανση προειδοποίησης, σήμανση πυροσβεστικού υλικού, σήμανση διάσωσης, περιστασιακή σήμανση, σήμανση εμποδίων, σήμανση επικίνδυνων σημείων και σήμανση οδών κυκλοφορίας. Παρουσιάζει, διακρίνει και επεξηγεί το νόημα των διαφορετικών σχημάτων και χρωμάτων που χρησιμοποιούνται στις πινακίδες ασφάλειας. Με παρουσίαση σειράς πινακίδων που αφορούν θέματα ασφάλειας, επεξηγείται η σπουδαιότητα χρήσης τους και η συμβολή τους στην προστασία της υγείας και της ανθρώπινης ζωής. Ως προς τις τεχνικές διδασκαλίας, προτείνονται η επίδειξη, η συζήτηση

και οι μελέτες περίπτωσης. Με αφορμή την εικόνα μιας πινακίδας ασφάλειας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες συζητούν για τους κινδύνους στην εργασιακή καθημερινότητα, τον τρόπο που αυτοί συσχετίζονται με τη συγκεκριμένη πινακίδα, αναζητούν τη σημασία της και πιθανά σημεία που συναντάται, καθώς και την υποχρέωση συμμόρφωσης στις πληροφορίες ή οδηγίες που σχετίζονται με αυτήν. Επίσης, αναστοχάζονται πάνω σε περιπτώσεις που οι ίδιοι/-ες αγνόησαν τις οδηγίες μιας πινακίδας.

2.1.Δ.5 | ΜΕΣΑ ΑΤΟΜΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

Στη μαθησιακή αυτή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες διδάσκονται την αξία της προφύλαξης της υγείας μέσω των μέσων ατομικής προστασίας. Αναφέρονται τα πιο διαδεδομένα από αυτά και τονίζεται το γεγονός ότι προστατεύουν μεμονωμένα άτομα και δεν αποτρέπουν την πρόκληση ατυχήματος. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στο ότι αποτελούν μέρος της συνολικής προσπάθειας για υγιεινή και ασφάλεια στον εργασιακό χώρο και ότι, σε πολλές περιπτώσεις, προστατεύουν εν μέρει μόνο τον χρήστη, μετριάζοντας απλώς τη σοβαρότητα των επιπτώσεων, καθώς και το γεγονός ότι είναι άρρηκτα συνδεδεμένα με την καθημερινή πρακτική εργασίας του/της Τεχνικού Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρα/-ισσας. Αναπτύσσονται θέματα που αφορούν την επιλογή των ευρέως χρησιμοποιούμενων ΜΑΠ και τις τεχνικές καθαρισμού και αποθήκευσής τους. Πιο συγκεκριμένα, αναλύεται το σκεπτικό που ακολουθείται κατά την επιλογή ΜΑΠ σύμφωνα με την εργασία που επιθυμούμε να εκτελέσουμε, τους κινδύνους από τους οποίους πρέπει να προστατευθούμε, τα μέρη του σώματος που θέλουμε να προστατεύσουμε, τις προδιαγραφές των ΜΑΠ και τους χρήστες για τους οποίους προορίζονται. Απαριθμούνται τα ευρέως χρησιμοποιούμενα ΜΑΠ, όπως: γάντια, υποδήματα ασφαλείας, γυαλιά κατά την εκτέλεση εργασιών για προστασία των ματιών, μάσκες προστασίας μύτης και στόματος, προστατευτική ενδυμασία κ.ά. Τέλος, αναλύονται οι τεχνικές καθαρισμού και σωστής συντήρησης και αποθήκευσης των ΜΑΠ. Ως πρακτική μελέτη και εξάσκηση, προτείνονται εκπαιδευτικές επισκέψεις σε επαγγελματικούς χώρους, καταγραφή των ΜΑΠ που χρησιμοποιούνται σε κάθε εργασιακό χώρο και αιτιολόγηση χρήσης τους.

2.1.Δ.6 | ΥΓΙΕΙΝΗ ΧΩΡΩΝ ΚΑΙ ΕΡΓΑΛΕΙΩΝ, ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΑ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

Σκοπός της υποενότητας είναι οι εκπαιδευόμενοι/-ες να διδαχθούν τις ορθές πρακτικές υγιεινής χώρων και εργαλείων σύμφωνα με τη σχετική νομοθεσία και την οργανωτική πολιτική, ώστε να διασφαλίζεται η υγεία και η ασφάλεια των εργαζομένων και των πελατών. Εξερευνώνται, επίσης, οι αιτίες της κακής υγείας ως αποτέλεσμα της αποτυχίας να εφαρμοστούν οι σωστές αρχές υγιεινής. Οι συγκεκριμένες γνώσεις κρίνονται απαραίτητες και βασικές για την άσκηση της ειδικότητας, κάτι που οφείλει να γίνει απολύτως κατανοητό, αφού πρόκειται για επάγγελμα απόλυτα συνυφασμένο με τη δημόσια υγεία. Στο πλαίσιο αυτό, εστιάζουμε στην κατανόηση και τη σωστή χρήση των κυριότερων απολυμαντικών και αντισηπτικών ουσιών, αλλά και στο πρωτόκολλο

υγιεινής, αντιλαμβανόμενοι/-ές τη σπουδαιότητα της ασφαλούς και υγιεινής λειτουργίας του εργασιακού χώρου. Δίνεται έμφαση στην ανάλυση των πρωτοκόλλων υγιεινής σε εργασιακό χώρο και αποσαφηνίζεται η έννοια του καθαρισμού, της αντισηψίας, της απολύμανσης και της αποστείρωσης. Διακρίνεται η φυσική από τη χημική απολύμανση και κατηγοριοποιούνται τα χημικά απολυμαντικά, όπως αλκοόλες, αλδεΐδες, ενώσεις χλωρίου, ενώσεις ιωδίου, φαινόλες κ.λπ. Έμφαση δίνεται στις μεθόδους αποστείρωσης με ξηρή θερμότητα, με υγρή θερμότητα και με υπεριώδη ακτινοβολία. Προτείνεται η μελέτη, η σύνταξη και η εφαρμογή πρωτοκόλλου υγιεινής για τον εργασιακό χώρο, το οποίο θα καθορίζει τις απαραίτητες διαδικασίες που πρέπει να τηρηθούν για τη διεξαγωγή των εργασιών με ασφάλεια, θα περιγράφει τους κανόνες, τις λειτουργίες και τις οδηγίες που οφείλουν να ακολουθούν εργαζόμενοι και πελάτες, καθώς και τα απαραίτητα μέτρα που πρέπει να ληφθούν.

2.1.Δ.7 | ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΕΣ ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ: ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΙ ΠΡΟΦΥΛΑΞΗ

Στην παρούσα μαθησιακή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες διδάσκονται τις ασθένειες που σχετίζονται με το συγκεκριμένο επάγγελμα και αναλύεται το στρατηγικό πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την υγεία και την ασφάλεια στην εργασία, το οποίο επικεντρώνεται στη στήριξη της πρόληψης ασθενειών που συνδέονται με την εργασία. Έμφαση δίνεται στο ότι στόχος δεν είναι μόνο η βελτίωση σε ατομικό επίπεδο της ζωής των εργαζομένων, αλλά και η ελαχιστοποίηση του κόστους των ασθενειών και των θανάτων που συνδέονται με την εργασία, αφού οι επαγγελματικές ασθένειες εκδηλώνονται σε ιδιαίτερες κατηγορίες εργαζομένων και οφείλονται στις ιδιαιτερότητες της φύσης της εργασίας τους. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναλύουν την έννοια της επαγγελματικής ασθένειας, μελετούν τις σχετιζόμενες με το επάγγελμα παθήσεις και εξοικειώνονται με τα μέτρα πρόληψης και προφύλαξης. Γίνεται εκτενής αναφορά στις ασθένειες που συνδέονται με την εν λόγω εργασία, στις οποίες περιλαμβάνονται: μυοσκελετικές παθήσεις από την παρατεταμένη ορθοστασία και τη χειροκίνητη ανύψωση φορτίων, δερματικές παθήσεις που οφείλονται στους βιολογικούς παράγοντες και στην έκθεση σε επικίνδυνες και καρκινογόνες ουσίες, άγχος και διαταραχές ψυχικής υγείας που σχετίζονται με οργανωτικούς και ψυχοκοινωνικούς παράγοντες όπως η εργασία σε βάρδιες. Επίσης, εξετάζονται προβλήματα που προκύπτουν εξαιτίας φυσικών παραγόντων όπως είναι οι κραδασμοί, ο θόρυβος και η ακτινοβολία. Στο τέλος της υποενότητας, γίνεται ιδιαίτερη αναφορά στη σύνδεση των παραπάνω ασθενειών με το επάγγελμα της συγκεκριμένης ειδικότητας. Ως πρακτική μελέτη συνιστάται η διαδικτυακή έρευνα μέσω στοχευμένης ανάθεσης εργασιών για επαγγελματικές ασθένειες σε διαφορετικά εργασιακά περιβάλλοντα.

2.1.Δ.8 | ΠΥΡΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΚΑΙ ΠΥΡΑΣΦΑΛΕΙΑ

Η υποενότητα εισάγει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες στην ανάγκη προετοιμασίας, σχεδιασμού και κατάστρωσης δράσεων για την αντιμετώπιση καταστάσεων

έκτακτης ανάγκης, διασφαλίζοντας την ασφάλεια των ομάδων συνοδείας και των επαγγελματιών χώρων εργασίας. Αρχικά, εξετάζεται ο σχεδιασμός και η οργάνωση σχεδίου έκτακτης ανάγκης, ανάλογα με το είδος της κατάστασης που καλούνται να αντιμετωπίσουν. Αναλύονται οι βασικές παράμετροι του σχεδίου, κατανέμονται οι ρόλοι στο προσωπικό και ορίζονται τα υπεύθυνα άτομα. Συντάσσεται σχέδιο διαχείρισης των ελεύθερων χώρων, των ασφαλών διόδων εκκένωσης και των χώρων καταφυγής. Έμφαση δίνεται στους ρόλους των υπευθύνων σε περίπτωση έκτακτου συμβάντος και στις βέλτιστες πρακτικές αντιμετώπισης, καλύπτοντας βασικές αρχές διαχείρισης δυσμενών συμβάντων στον επαγγελματικό χώρο. Παρουσιάζονται παραδείγματα αντιμετώπισης σεισμών, επιδημιών, ληστείας, δολιοφθοράς, πυρκαγιάς και καιρικών φαινομένων. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην πυροπροστασία, την πυρασφάλεια και τα μέτρα πρόληψης πυρκαγιάς στους επαγγελματικούς χώρους, μελετώντας παράγοντες που συμβάλλουν στην πρόκληση πυρκαγιάς, κατηγορίες πυρκαγιών, και τρόπους επέμβασης. Παρουσιάζονται τεχνικές κατάσβεσης, η χρήση πυροσβεστήρων και οι διαδικασίες εκκένωσης κτιρίων. Τονίζονται μέτρα αυτοπροστασίας για το προσωπικό και τις συνοδευόμενες ομάδες. Για τη διδασκαλία, προτείνονται τεχνικές εμπλουτισμένης εισήγησης και μελέτες περίπτωσης που συνδέουν τις γνώσεις αυτές με άλλες μαθησιακές ενότητες και την πρακτική άσκηση, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να είναι ικανοί/-ές να διαχειρίζονται έκτακτες καταστάσεις και να παρέχουν βοήθεια σε συναδέλφους/-ισσες και κοινό.

2.1.Δ.9 | ΥΓΙΕΙΝΗ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Στην τελευταία μαθησιακή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες διδάσκονται τις αρχές/απαιτήσεις/κανόνες της υγιεινής τροφίμων, τις βασικές κατηγορίες κινδύνων των τροφίμων και ποτών και τους βασικούς κανόνες ανάπτυξης του συστήματος HACCP σε χώρους μαζικής εστίασης. Προτείνεται οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εστιάσουν την προσοχή στη σπουδαιότητα της υγιεινής των τροφίμων μέσω ορθών πρακτικών, καθώς και στην τήρηση των απαιτήσεων υγιεινής στους χώρους παρασκευής. Επίσης, αναλύονται οι διαδικασίες πιστοποίησης και επιθεώρησης του συστήματος HACCP, οι οποίες διενεργούνται από κρατικούς φορείς ελέγχου τροφίμων. Η υποενότητα εστιάζεται στις έννοιες του HACCP ως εργαλείου διασφάλισης ποιότητας και συμμόρφωσης με τη νομοθεσία υγιεινής τροφίμων, στις κατηγορίες κινδύνων (βιολογικοί, χημικοί, φυσικοί), τους τρόπους επιμόλυνσης των τροφίμων, τις τεχνικές οργανοληπτικού ελέγχου, τις τεχνικές ελέγχου προμηθειών, παραλαβών, αποθήκευσης, τον τρόπο αποφυγής σπατάλης τροφίμων, τις μεθόδους αποφυγής τροφοδηλητηριάσεων, τα μέσα ατομικής προστασίας, την προσωπική υγιεινή και συμπεριφορά χειριστών τροφίμων και τις μεθόδους διαχείρισης απορριμμάτων. Αναπτύσσονται διεξοδικά τα στάδια για τον προβλεπόμενο καθαρισμό κάθε πιθανής εστίας μικροβίων, τα απαραίτητα σχέδια/πρωτόκολλα που πρέπει να εφαρμόζει κάθε χώρος κουζίνας και οι κανόνες που οφείλει να ακολουθεί κάθε χώρος εργασίας ανά παρεχόμενη υπηρεσία.

Ως πρακτική μελέτης συστήνεται η παρατήρηση της εφαρμογής του συστήματος HACCP σε χώρο εστίασης και η καταγραφή από πλευράς των εκπαιδευομένων των βημάτων εφαρμογής του.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Μαρχαβίλας, Π. Κ. (2017). *Διαχείριση ασφαλείας & υγιεινής της εργασίας. Τεχνικές & μέθοδοι εκτίμησης της διακινδύνευσης – επικινδυνότητας στην ασφάλεια εργασίας*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Τζιόλα.
2. Ζωγόπουλος, Ε. Α. (2004). *Υγιεινή και Ασφάλεια στην Εργασία*. Αθήνα: Εκδόσεις Κλειδάριθμος.

Συμπληρωματικές

1. Πινότσης, Δ. & Κωνσταντινίδης, Θ. (2015). «Εργατικά ατυχήματα στην Ευρωπαϊκή Ένωση και την Ελλάδα (2008-2012)», *Υγιεινή και Ασφάλεια της εργασίας*, τεύχος 63, Ιούλιος-Αύγουστος, Σεπτέμβριος.
2. Γκούρτσας, Ν. (2008). *First Aid – Πρώτες Βοήθειες*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Δίσιγμα.
3. Εθνικό Κέντρο Άμεσης Βοήθειας. (2017). *Εγχειρίδιο Πρώτων Βοηθειών*. Ανακτήθηκε από:
<https://www.ekab.gr/odigies/protes-voithies/ekav-egcheiridio-proton-voitheion/>

2.1.Ε • ΤΡΟΦΟΓΝΩΣΙΑ

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός της μαθησιακής ενότητας είναι η εξοικείωση των εκπαιδευομένων με τα βασικά ζητήματα που αφορούν τις ιδιότητες των τροφίμων και τη σύνθεση εδεσματολογίων βάσει εμπορικότητας, διατροφικών αναγκών και τάσεων. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες διδάσκονται τα θρεπτικά συστατικά των τροφίμων, τις βασικές κατηγορίες τους (δημητριακά, γαλακτοκομικά προϊόντα, προϊόντα κρέατος, λίπη-έλαια, γλυκαντικές ύλες κ.ά.), καθώς και τις διεργασίες που επηρεάζουν τη σύστασή τους (θερμική επεξεργασία, αλάτιση, κάπνιση, κονσερβοποίηση). Ακόμη, διδάσκονται τα κριτήρια ορθής επιλογής μεθόδων επεξεργασίας των τροφίμων ανάλογα με το είδος και τη σύστασή τους, καθώς και τους βασικούς κανόνες συνδυασμού των πρώτων υλών με σκοπό τη σύνθεση ενός ισορροπημένου διατροφικά εδεσματολογίου. Μελετούν την τοπικότητα και την εποχικότητα των τροφίμων, και διδάσκονται μεθόδους ανάλυσης και αξιολόγησης των εμπορικών τάσεων της εποχής τόσο στην εγχώρια όσο και τη διεθνή αγορά τροφίμων.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Ορίζουν τις κύριες ομάδες τροφίμων και τα βασικά συστατικά τους,
- Αναγνωρίζουν τα συστήματα διατροφής, συνδυάζοντας πρώτες ύλες και διατροφικά χαρακτηριστικά,
- Επιλέγουν τρόφιμα που αναδεικνύουν την τοπική γαστρονομία και διατροφή μέσα από τα ήθη και τα έθιμα,
- Αναγνωρίζουν τους παράγοντες που επηρεάζουν τη διατροφή του ανθρώπου (ψυχολογικούς, κοινωνικούς, οικονομικούς, πολιτιστικούς, γενετικούς, θρησκευτικούς, γεωγραφικούς κ.ά.),
- Αξιολογούν τα προϊόντα βάσει των θρεπτικών συστατικών τους,
- Αναγνωρίζουν τα διάφορα σήματα πιστοποίησης τροφίμων και τις ετικέτες τους,
- Διακρίνουν τα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά των πρώτων υλών.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Διατροφική αξία / Επεξεργασία τροφίμων / ΠΟΠ / ΠΓΕ / Gluten free / Lactose free / Vegan / Vegetarian / Βιολογικά προϊόντα / Παραδοσιακά προϊόντα.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο (2).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΤΡΟΦΙΜΑ ΚΑΙ ΘΡΕΠΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ
2	ΜΕΘΟΔΟΙ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ
3	ΟΡΘΟΛΟΓΙΚΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΩΝ ΤΡΟΦΙΜΩΝ
4	ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΣΗΜΑΤΑ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ
5	ΤΟΠΙΚΑ ΚΑΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ
6	ΕΤΙΚΕΤΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Κείμενο αναφοράς

2.1.E.1 | ΤΡΟΦΙΜΑ ΚΑΙ ΘΡΕΠΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Η συγκεκριμένη μαθησιακή υποενότητα αποτελεί την εισαγωγή στα βασικά είδη τροφίμων. Ειδικότερα, εξετάζονται τα φυτικά τρόφιμα (φρούτα, λαχανικά, σιτηρά, όσπρια, ξηροί καρποί, βότανα κ.ά.) και τα παράγωγά τους (άλευρα, ψωμί, αρτοσκευάσματα, χυμοί, κομπόστες, ζυμούμενα λαχανικά, αφεψήματα κ.ά.), τα αλκοολούχα και αεριούχα ποτά, τα ευφραντικά, οι φυσιικές γλυκαντικές ύλες, τα τρόφιμα ζωικής

προέλευσης (κρέας και παράγωγά του, πουλερικά, ψάρια, οστρακοειδή, γάλα, κρέμα, βούτυρο, γαλακτοκομικά ενζυμικής επεξεργασίας [γιαούρτι, τυριά], αβγά κ.ά.). Περιγράφονται, ακόμη, η διάκριση και οι κατηγορίες εδωδίων λιπών και ελαίων (φυτικά λίπη και έλαια, ζωικά λίπη και έλαια, μαργαρίνες κ.ά.), η σύσταση και οι αλλοιώσεις τους. Δίνεται έμφαση στο ελαιόλαδο, στην τεχνολογία, στις κατηγορίες και τις νοθεύσεις του. Για κάθε κατηγορία τροφίμων, δίνονται οι ορισμοί, η σύσταση, οι προδιαγραφές και η διάκριση με βάση τη νομοθεσία/αγορανομικούς κανονισμούς. Περιγράφονται η προέλευση, οι ιδιότητες, η τεχνολογία παρασκευής και οι εφαρμοζόμενες επεξεργασίες, τα ποιοτικά και οργανοληπτικά χαρακτηριστικά, η τοπικότητα και η εποχικότητα, καθώς και πιθανές αλλοιώσεις. Στο τέλος, παρουσιάζονται οι επιμέρους ομάδες των θρεπτικών συστατικών (υδατάνθρακες, πρωτεΐνες, λιπίδια, λιποδιαλυτές βιταμίνες, υδατοδιαλυτές βιταμίνες, ανόργανα συστατικά, φυτοχημικά συστατικά), με έμφαση στις πηγές πρόσληψης και στον βιολογικό τους ρόλο. Σημεία εστίασης είναι οι βασικές ομάδες των τροφίμων, η προέλευση, οι ιδιότητες τους, τα ποιοτικά και οργανοληπτικά χαρακτηριστικά και οι πιθανές αλλοιώσεις τους.

Πρακτικές εξάσκησης, εντός της τάξης, είναι η αναγνώριση από τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες των τροφίμων κάθε ομάδας και των υποκατηγοριών τους με βάση νομοθετικές διατάξεις, σύσταση και οργανοληπτικά χαρακτηριστικά.

2.1.Ε.2 | ΜΕΘΟΔΟΙ ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Η συγκεκριμένη μαθησιακή υποενοότητα επιχειρεί να συνδέσει τις επεξεργασίες που υφίστανται τα τρόφιμα με τη διατροφική τους αξία. Αρχικά πραγματοποιείται μια εισαγωγή στη διαδικασία παραγωγής τροφίμων και περιγράφονται οι ποικίλες επεξεργασίες που εφαρμόζονται κατά τη μεταποίηση των πρώτων υλών φυτικής και ζωικής προέλευσης (θερμικές επεξεργασίες – ζεμάτισμα, παστερίωση, αποστείρωση, βρασμός, τηγάνισμα, ψήσιμο κ.ά., συμπύκνωση, αφυδάτωση, αλάτιση, θερμός και ψυχρός καπνισμός, κονσερβοποίηση, ασηπτική επεξεργασία, ζύμωση, νέες μη θερμικές επεξεργασίες, π.χ. μικροκύματα, ακτινοβόληση, υπέρυθρη ακτινοβολία, υψηλή πίεση κ.λπ.) και η επίδραση καθεμίας στα θρεπτικά συστατικά των τροφίμων. Παράλληλα, παρουσιάζονται και τεχνικές συντήρησης των τροφίμων (ψύξη, κατάψυξη, ξήρανση κ.ά.). Επιπλέον, γίνεται αναφορά στα πρόσθετα των τροφίμων και στην επίδρασή τους στη διατροφική αξία των τροφίμων. Επιχειρείται η ταξινόμηση των τροφίμων σε κατηγορίες με βάση τον βαθμό επεξεργασίας τους σε μη επεξεργασμένα ή ελάχιστα επεξεργασμένα, μαγειρεμένα, επεξεργασμένα και εξαιρετικά επεξεργασμένα (υπερ-επεξεργασμένα) τρόφιμα. Σημεία εστίασης είναι οι ποικίλες επεξεργασίες που υφίστανται τα τρόφιμα και οι επιδράσεις τους στις ομάδες των θρεπτικών συστατικών τους.

Πρακτικές εξάσκησης, εντός της τάξης, είναι η αναγνώριση από τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες των επεξεργασιών που έχουν υποστεί διάφορα τρόφιμα που

παρουσιάζονται από τον/την εκπαιδευτή/-τρια και των επιδράσεων στα θρεπτικά συστατικά τους. Συγκεκριμένες επεξεργασίες, π.χ. παστερίωση και αποστείρωση γάλακτος, μπορούν να παρουσιαστούν ως μελέτες περίπτωσης.

2.1.E.3 | ΟΡΘΟΛΟΓΙΚΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΩΝ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Η τρέχουσα μαθησιακή υποενότητα αναφέρεται στη ορθή διαχείριση των τροφίμων και επιχειρεί να εισαγάγει τις έννοιες της απώλειας και σπατάλης τροφίμων, ένα από τα σημαντικότερα προβλήματα που αντιμετωπίζει ο τομέας της παραγωγής τροφίμων που επιτείνουν την επισιτιστική ανασφάλεια. Αναπτύσσονται οι ορθές πρακτικές προμήθειας και διαχείρισης πρώτων υλών, διαχείρισης εξοπλισμού, δικτύων νερού και αέρα, περιβαλλοντικών συνθηκών, καθώς και οι αιτίες και τα μέτρα για την πρόληψη και τον περιορισμό των απωλειών τροφίμων στις επισιτιστικές επιχειρήσεις. Ενδεικτικά, οι αιτίες που προκαλούν απώλειες διακρίνονται σε 5 άξονες που σχετίζονται με τον χρησιμοποιούμενο εξοπλισμό, τις μεθόδους εργασίας και τις διαδικασίες παραγωγής που εφαρμόζονται, με το προσωπικό που εμπλέκεται στην παραγωγή τροφίμων, με τις ποικίλες πρώτες ύλες/υλικά στα διάφορα στάδια της παραγωγικής διαδικασίας και τους ελέγχους ποιότητας κατά την παραγωγική διαδικασία. Αναφορικά με τις μεθόδους πρόληψης, συζητούνται οι στάσεις, οι επιλογές και οι πρακτικές που υιοθετεί μια επισιτιστική επιχείρηση πριν αγοράσει υλικά ή παρασκευάσει τα προϊόντα, συμπεριλαμβανομένων της διαθέσιμης τεχνολογίας και της εκπαίδευσης του προσωπικού. Στις μεθόδους ελαχιστοποίησης των απωλειών, γίνεται αναφορά στην επαναχρησιμοποίηση υπολειμμάτων, στις δωρεές σε τράπεζες τροφίμων, στην κομποστοποίηση. Επιπλέον, περιγράφονται δυνατότητες για επαναχρησιμοποίηση υπολειμμάτων, ανακύκλωση, κομποστοποίηση, δωρεές σε τράπεζες τροφίμων ή άλλες χρήσεις των τροφίμων, ανάλογα με την πρώτη ύλη/τελικό προϊόν, το είδος της αλλοίωσης και άλλους σχετικούς παράγοντες, με σκοπό την ελαχιστοποίηση των απωλειών.

Πρακτικές εξάσκησης είναι η παρουσίαση, εντός της τάξης ή σε επιτόπιες επισκέψεις σε διάφορους χώρους παραγωγής τροφίμων, πιθανών ενεργειών/λύσεων για την ορθολογική διαχείριση των τροφίμων.

2.1.E.4 | ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΣΗΜΑΤΑ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ

Η παρούσα μαθησιακή υποενότητα αναφέρεται στα συστήματα παραγωγής τροφίμων και στα εθνικά και διεθνή σήματα ποιότητας που χρησιμοποιούνται στα τρόφιμα μετά από πιστοποίηση της διαδικασίας παραγωγής. Αρχικά, αναπτύσσονται τα συστήματα παραγωγής τροφίμων και η κατηγοριοποίηση των τροφίμων με βάση αυτά σε τρόφιμα συμβατικής καλλιέργειας και εκτροφής, τρόφιμα εναλλακτικών μορφών καλλιέργειας και εκτροφής, βιολογικά τρόφιμα. Στη συνέχεια, περιγράφονται τα στοιχεία που πρέπει να περιέχει η επισήμανση βιολογικών προϊόντων, συμπεριλαμβανομένων του οργανισμού ελέγχου που πιστοποιεί το συγκεκριμένο προϊόν,

της προέλευσης των πρώτων υλών που συνιστούν το προϊόν, του λογοτύπου της ΕΕ για τα βιολογικά προϊόντα διατροφής. Στο πλαίσιο της υποεπένδυσης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τις έννοιες «Ελληνικό Σήμα» και τη διαδικασία για να το λάβει μία επιχείρηση και ένα προϊόν, gluten free, lactose free και τα τρόφιμα που ανήκουν σε κάθε κατηγορία, καθώς και τις έννοιες Vegan και Vegetarian και τις διαφορές τους. Ακόμη, αναφέρονται οι πιστοποιήσεις Kosher και Halal, η σημασία τους και οι προϋποθέσεις για να ληφθούν από μία επιχείρηση. Επιπρόσθετα, γίνεται αναφορά στα γενετικά τροποποιημένα τρόφιμα, στις τεχνικές για τη δημιουργία τους, ενώ εξετάζονται και οι διάφορες εφαρμογές τους, συμπεριλαμβανομένων παραδειγμάτων γενετικά τροποποιημένων καλλιεργειών και των αντίστοιχων προϊόντων που είναι διαθέσιμα στην αγορά, όπως το καλαμπόκι και το ρύζι. Περιγράφονται, ακόμη, τα λειτουργικά τρόφιμα και συστατικά και τα νέα ή καινοτόμα τρόφιμα.

Πρακτικές εξάσκησης είναι η αναγνώριση από τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες των συμβόλων που φέρουν τα προαναφερθέντα προϊόντα ώστε να τα διακρίνουν, να τα προτείνουν σε αντίστοιχες περιπτώσεις ή και να τα ενσωματώνουν στη σύνθεση εδεσματολογίων.

2.1.Ε.5 | ΤΟΠΙΚΑ ΚΑΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

Η συγκεκριμένη μαθησιακή υποεπένδυση αναφέρεται σε τοπικά και παραδοσιακά προϊόντα, στην παραγωγή, την επισήμανση και τη συνεισφορά της χρήσης τους στην υγεία του καταναλωτή, στην τοπική οικονομία και στον τουρισμό. Αναπτύσσεται ο ευρωπαϊκός χαρακτηρισμός των εγγυημένων παραδοσιακών ιδιότυπων προϊόντων (ΕΠΙΠ) και οι προϋποθέσεις λήψης του. Εισάγονται οι έννοιες «προϊόν ορεινής παραγωγής», «προϊόν νησιωτικής γεωργίας» κ.λπ. Γίνεται αναφορά στη γαστρονομική παράδοση και στα στοιχεία που τη συνθέτουν (θρησκευτικά, λαογραφικά, πολιτιστικά, τεχνολογικά, αρχιτεκτονικά, συνεταιριστικά), δίνεται έμφαση στην ελληνική κουζίνα και παράδοση, καθώς και στις παραδοσιακές κουζίνες ανά γεωγραφικό διαμέρισμα, στα εδέσματά τους και στην ενσωμάτωση τοπικών προϊόντων σε εδεσματολόγια. Παρουσιάζονται, ακόμη, τα καθεστώτα ποιότητας της ΕΕ, μέσω των οποίων προστατεύονται οι ονομασίες προϊόντων των οποίων τα χαρακτηριστικά συνδέονται αποδεδειγμένα με τη γεωγραφική τους προέλευση, όπως Προστατευόμενες Ονομασίες Προέλευσης (ΠΟΠ) για γεωργικά προϊόντα, τρόφιμα και κρασιά, Προστατευόμενες Γεωγραφικές Ενδείξεις (ΠΓΕ) για γεωργικά προϊόντα, τρόφιμα και κρασιά και Γεωγραφικές Ενδείξεις (ΓΕ) για αλκοολούχα ποτά και αρωματισμένα κρασιά.

Πρακτικές εξάσκησης είναι η αναγνώριση από τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες των συμβόλων που φέρουν τα προαναφερθέντα προϊόντα, ώστε να τα διακρίνουν και να τα χρησιμοποιούν σε αντίστοιχες περιπτώσεις. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες, αξιοποιώντας τοπικά και παραδοσιακά προϊόντα, μπορούν να συνθέσουν απλά μενού, με σκοπό την προσέλκυση καταναλωτών από την επισιτιστική επιχείρηση στην οποία εργάζονται.

2.1.Ε.6 | ΕΤΙΚΕΤΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Η συγκεκριμένη μαθησιακή υποενότητα περιλαμβάνει την εξοικείωση των εκπαιδευομένων με τις υποχρεωτικές και προαιρετικές ενδείξεις, τη διατροφική επισήμανση, τους ισχυρισμούς διατροφής και υγείας, τα εμπορικά και βιομηχανικά σήματα, καθώς και σύμβολα που ενδέχεται να φέρει η συσκευασία/ετικέτα τροφίμων και ποτών. Ειδικότερα, αναλύονται οι απαιτήσεις της νομοθεσίας σχετικά με την επισήμανση και την παροχή πληροφοριών στους καταναλωτές. Αναλύονται οι υποχρεωτικές ενδείξεις που πρέπει να αναγράφονται στην ετικέτα των προσυσκευασμένων τροφίμων που κυκλοφορούν στην εγχώρια αγορά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να αναγνωρίζουν, μεταξύ άλλων, τον κατάλογο των συστατικών, των αλλεργιογόνων ή άλλων συστατικών που προκαλούν δυσανεξίες, την ημερομηνία ελάχιστης διατηρησιμότητας ή την τελική ημερομηνία ανάλωσης, τις ιδιαίτερες συνθήκες αποθήκευσης και/ή συνθήκες χρήσης, τη χώρα καταγωγής/τόπο προέλευσης/ζώνη αλίευσης FAO, τον αριθμό παρτίδας, το υλικό συσκευασίας και τη δυνατότητα ανακύκλωσής του. Περιγράφονται, ακόμη, οι ισχυρισμοί διατροφής (π.χ. μειωμένα λιπαρά, χωρίς σάκχαρα κ.ά.) και οι ισχυρισμοί υγείας που επιτρέπονται σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία, δίνονται παραδείγματα χρήσης τους σε συγκεκριμένα τρόφιμα βάσει των διατροφικών τους στοιχείων, ενώ αναλύονται οι συγκριτικοί ισχυρισμοί διατροφής και οι εγκεκριμένοι ισχυρισμοί υγείας. Τέλος, αναλύεται η διατροφική επισήμανση των τροφίμων, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να διακρίνουν στις ετικέτες τις αναγραφόμενες πληροφορίες σχετικά με την περιεκτικότητα του τροφίμου σε ενέργεια και θρεπτικά συστατικά ανά 100 g ή 100 ml (για υγρά τρόφιμα) ή ανά μερίδα προϊόντος.

Πρακτικές εξάσκησης, εντός της τάξης, είναι η αναγνώριση από τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες των υποχρεωτικών ενδείξεων και διατροφικών πληροφοριών στις ετικέτες διαφόρων τροφίμων.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Ανδρικόπουλος, Ν. Κ. (2015). *Τροφογνωσία. Περιγραφική χημεία & τεχνολογία τροφίμων*. Αθήνα: ΚΑΛΛΙΠΟΣ. Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. Ανακτήθηκε από: <https://repository.kallipos.gr/handle/11419/4696>
2. Παλησίδης, Γ. & Μπόσκου, Γ. (2014). *Νέα διατροφικά & γαστρονομικά πρότυπα*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ. Ανακτήθηκε από: https://imegsevee.gr/wp-content/uploads/2018/02/gastronomika_protropa.pdf

Συμπληρωματικές

1. Σφλώμος, Κ. & Χούχουλα, Δ. (2023). *Υγιεινά τρόφιμα και ορθολογική διατροφή*. Αθήνα: Εκδόσεις Τσότρα.
2. Μπλούκας, Ι. Γ. (2017). *Επεξεργασία & Συντήρηση Τροφίμων*. Αθήνα: Εκδόσεις Unibooks.

2.1.ΣΤ • ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ (ΕΞΑΜΗΝΟ Α΄)

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι η ενίσχυση των γνώσεων, των δεξιοτήτων και των ικανοτήτων που απέκτησαν οι εκπαιδευόμενοι/-ες στις υπόλοιπες μαθησιακές ενότητες του εξαμήνου, με ανάδειξη της έννοιας της διαθεματικότητας. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες πραγματοποιούν ποικίλες εκπαιδευτικές δράσεις, αξιοποιώντας τις γνώσεις που κατέκτησαν κατά τη διάρκεια του τρέχοντος εξαμήνου σπουδών από το σύνολο των μαθησιακών ενοτήτων, οι οποίες μπορούν να πραγματοποιούνται εντός αλλά και εκτός των εγκαταστάσεων της εκπαιδευτικής δομής. Κάποια ενδεικτικά παραδείγματα είναι τα εξής: ανάθεση εκπόνησης διαθεματικών εργασιών, σεμιναριακές παρουσιάσεις, εργαστηριακές εφαρμογές, εκπαιδευτικές επισκέψεις σε πρότυπους επαγγελματικούς χώρους, συμμετοχή σε επαγγελματικές ημερίδες, συνέδρια, φεστιβάλ, εκθέσεις. Η αξιολόγηση της μαθησιακής ενότητας μπορεί να γίνεται είτε με μορφή δομημένων εργασιών είτε με εργαστηριακή αξιολόγηση σε καθορισμένες δράσεις από υπεύθυνο/-η συντονιστή/-τρια εκπαιδευτή/-τρια. Ο/Η συντονιστής/-τρια της μαθησιακής ενότητας εποπτεύει τη διαδικασία και διευκολύνει τον/την εκπαιδευόμενο/-η παρέχοντας πηγές αλλά και διευκρινίσεις σχετικά με το επιδιωκόμενο μαθησιακό αποτέλεσμα.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Περιγράφουν τις αρμοδιότητες του προσωπικού κουζίνας –ζαχαροπλαστέιου, τους χώρους ευθύνης και τους βασικούς χειρισμούς πρώτων υλών,
- Αναγνωρίζουν τους όρους της γαστρονομικής τέχνης,
- Σχεδιάζουν τη λειτουργία των εγκαταστάσεων βάσει συγκεκριμένων κριτηρίων,
- Διαμορφώνουν και να ελέγχουν το πλάνο υγιεινής και ασφάλειας των τροφίμων και του χώρου παραγωγής,
- Χειρίζονται τα διάφορα εργαλεία και τις συσκευές με συγκεκριμένες μεθόδους και ασφάλεια,
- Χρησιμοποιούν την ορολογία και τους όρους της γαστρονομίας σύμφωνα με τα διεθνή πρότυπα,
- Οργανώνουν τον χώρο ευθύνης τους με υγιεινή και σεβασμό προς τους κανόνες ορθής πρακτικής,
- Ελέγχουν την ποιότητα και την επάρκεια των πρώτων υλών και των μηχανικών μέσων, ανάλογα με το προσδοκώμενο αποτέλεσμα,
- Αναγνωρίζουν βασικές πρώτες ύλες και τεχνικές μαγειρικής – ζαχαροπλαστικής, καθώς και τις ιδιότητες που προσδίδουν αυτές στα παρασκευάσματα,
- Συνεργάζονται μεταξύ τους για την επίτευξη των στόχων.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Συνεργασία / Επικοινωνία / Αποτελεσματικότητα / Οργάνωση / Τοπική κουζίνα / Γαστρονομία / Τεχνικές μαγειρικής / Πρώτες ύλες.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (0), Εργαστήριο (4), Σύνολο (4).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

Α/Α	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΑΝΑΛΥΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΣΤΟΧΩΝ
2	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΟΜΑΔΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ ΣΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ
3	ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΕΔΕΣΜΑΤΩΝ
4	ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΣΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΙΟ
5	ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ ΣΤΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΤΕΧΝΗ
6	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ ΣΕ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ
7	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΤΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ – ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ

Κείμενο αναφοράς

2.1.ΣΤ.1 | ΑΝΑΛΥΣΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΩΝ ΣΤΟΧΩΝ

Η μαθησιακή υποεπενότητα παρακινεί τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες να γνωρίσουν τις επαγγελματικές προοπτικές της ειδικότητάς τους εντός και εκτός Ελλάδας. Εκπαιδούνται στον συνδυασμό τεχνικών ικανοτήτων με δεξιότητες διοίκησης και οργάνωσης. Αναλύουν και σχολιάζουν τις διαφορές στις κουζίνες ανάλογα με το είδος της επιχείρησης, όπως ξενοδοχεία (3*, 4*, 5* κ.ά.), εστιατόρια και μονάδες μαζικής παραγωγής, π.χ. camping, νοσοκομεία, πανεπιστήμια, catering κ.ά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες διακρίνουν τους τρόπους διαχείρισης της κουζίνας και αναπτύσσουν τις κοινωνικές δεξιότητές τους. Εφαρμόζουν εξειδικευμένες επαγγελματικές γνώσεις, ικανότητες και δεξιότητες, δίνοντας έμφαση τόσο στη σύνδεση της φιλοξενίας με την ψυχαγωγία, όσο και στις παρεχόμενες υπηρεσίες με την ιστορία ενός τόπου. Επίσης, αναλύονται ξενοδοχειακές αλυσίδες παγκόσμιου επιπέδου και σχολιάζονται οι προδιαγραφές προσωπικού που θέτουν οι επιτυχημένες επιχειρήσεις. Παράλληλα, αναφέρονται οι διαδικασίες και τα πρωτόκολλα λειτουργίας που εφαρμόζουν οι συγκεκριμένες επιχειρήσεις. Μέσω εκπαιδευτικών επισκέψεων ή ψηφιακών περιηγήσεων σε πρότυπες ξενοδοχειακές και εστιατορικές μονάδες, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αντιλαμβάνονται τη σπουδαιότητα της οργάνωσης και της παρουσίας των προσωπικών στόχων. Ταυτόχρονα, μέσα από τη μελέτη των μενού των εστιατορίων, αντιλαμβάνονται πώς οι επιρροές από την καταγωγή των ιδιοκτητών, τις συνήθειες των πελατών και την εμπειρία του προσωπικού καθορίζουν τον τρόπο που θα μαγειρέψουν και θα διαχειριστούν την κουζίνα, ώστε να αντεπεξέλθουν στις προδιαγραφές λειτουργίας των παγκόσμιων αλυσίδων. Είναι σημαντικό οι εκπαιδευόμενοι/-ες να κατανοούν την ιεραρχία και το οργανόγραμμα της κουζίνας και της επιχείρησης εν γένει, να ενισχύουν την ικανότητα λήψης αποφάσεων, να εκτελούν παράλληλα πολλές εργασίες διαχειριζόμενοι/-ες σωστά τον χρόνο τους και να συνεργάζονται αρμονικά μέσα στην ομάδα.

2.1.ΣΤ.2 | ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΟΜΑΔΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ ΣΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ

Η παρούσα μαθησιακή υποεπενότητα αποτελεί ουσιαστικό κομμάτι της οργάνωσης της ομάδας των εκπαιδευομένων. Αποτελεί μια πρότυπη ομάδα παραγωγής τροφίμων σε προσομοίωση ενός εκπαιδευτικού εργαστηρίου μαγειρικής. Κεντρικός στόχος αυτής της μαθησιακής υποεπενότητας είναι η κατανόηση του ρόλου του κάθε μέλους της ομάδας, καθώς και των υποομάδων μέσα στο εργαστήριο. Ο ρόλος της ομάδας εργασίας ορίζεται από τον/την εκπαιδευτή/-τρια και δίνονται όλες οι κατευθυντήριες που βοηθούν στην ομαλή λειτουργία του εργαστηρίου. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατανοούν πλήρως τον ρόλο τους, τη διαχείριση του χρόνου προετοιμασίας και καθαριότητας, τις διαδικασίες παραλαβής και αποθήκευσης, τις τεχνικές προετοιμασίες που απαιτούνται για το εργαστήριο ή την πρακτική άσκηση. Μέσα από τις διαδικασίες αυτές, αποκτούν απαραίτητες δεξιότητες που χαρακτηρίζουν τις επιτυχημένες ομάδες για

την υλοποίηση θεματικών μαγειρικών δράσεων με βιωματικό τρόπο. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναπτύσσουν ικανότητες σχεδιασμού υπηρεσιών που αφορούν την παραλαβή, τον ποιοτικό έλεγχο, την αποθήκευση και τη συντήρηση των πρώτων υλών, με γνώμονα την αποτελεσματικότητα, την ασφάλεια και την υγιεινή, καθώς και την εξασφάλιση της αρμονικής παροχής υπηρεσιών, με σκοπό την επίτευξη των στόχων της επισιτιστικής δραστηριότητας. Στη συνέχεια, μαθαίνουν πώς να οργανώνουν τις παρεχόμενες υπηρεσίες, να συντονίζουν τον χώρο εργασίας τους και να συνεργάζονται με πιστοποιημένους παρόχους ή καλεσμένους παραγωγούς στο εργαστήριο. Ταυτόχρονα, συνομιλούν με έμπειρους/-ες επαγγελματίες μάγειρες/-ισσες, ώστε να μοιραστούν τις εμπειρίες τους και να εξηγήσουν πώς διαχειρίζονται τις ευθύνες στην καθημερινή τους εργασία. Τέλος, καταγράφουν το σύνολο των ενεργειών που είναι αποτέλεσμα ενός οργανωμένου πλάνου λειτουργίας της κουζίνας, με κύριο στόχο την αποκατάσταση και τη διατήρηση της ορθής λειτουργίας του τμήματος.

2.1.ΣΤ.3 | ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΕΔΕΣΜΑΤΩΝ

Στην εν λόγω μαθησιακή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τους πιθανούς επαγγελματικούς χώρους στους οποίους πρόκειται να δραστηριοποιηθούν. Συγκεκριμένα, η υποενότητα επικεντρώνεται στην ουσιαστική μελέτη του σχεδιασμού των εγκαταστάσεων, με έμφαση στη λειτουργικότητα, την παραγωγικότητα και την υγιεινή των τροφίμων. Έμφαση δίνεται στον συνδυασμό θεωρητικών γνώσεων που έχουν σε αυτό το επίπεδο με την πρακτική στις επαγγελματικές κουζίνες, παρέχοντας στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες βαθιά κατανόηση και εξοικείωση με τα πρότυπα υγιεινής και ασφάλειας που εφαρμόζονται στον χώρο παραγωγής τροφίμων. Ταυτόχρονα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν πώς να λειτουργούν διάφορες συσκευές, όπως φούρνους, μίξερ και αντλίες σιροπιού. Αναπτύσσουν δεξιότητες στον έλεγχο της θερμοκρασίας, στη ρύθμιση της ταχύτητας και τη διατήρηση της ασφάλειας κατά τη χρήση τους. Επίσης, περιγράφεται μια σειρά τεχνικών θεμάτων, όπως η πυροπροστασία, η πυρασφάλεια, ο επαγγελματικός εξοπλισμός, οι προδιαγραφές χώρου κ.ά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες διακρίνουν τους τρόπους προστασίας τόσο των εργαζομένων όσο και των πελατών. Στο πλαίσιο αυτό, επισκέπτονται διαφορετικά εργαστήρια και επαγγελματικές κουζίνες, ώστε να διαπιστώσουν τις διαφορές τόσο στις υποδομές όσο και στις διαδικασίες παρασκευής. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες περιγράφουν τη χρήση κάθε εργαλείου και εγκατάστασης με σκοπό να εξασκηθούν στην ανάλυση χώρου, την επιλογή και την ορθή συντήρηση του εξοπλισμού και την οργάνωση του χώρου. Επιπρόσθετα, αναγνωρίζουν τα απαραίτητα προληπτικά μέτρα και προετοιμάζονται για τη διαχείριση πιθανών έκτακτων καταστάσεων, ενισχύοντας το ομαδικό πνεύμα και το αίσθημα ευθύνης. Η εμπειρία αυτή τους/τις κάνει ικανούς/-ές να εκπαιδεύσουν τις δικές τους μελλοντικές ομάδες. Συνολικά, η γνώση λειτουργίας των εγκαταστάσεων και η ορθή χρήση των εργαλείων της κουζίνας είναι καθοριστικής σημασίας για τη διασφάλιση της ομαλής λειτουργίας μιας μονάδας παραγωγής φαγητού.

2.1.ΣΤ.4 | ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΠΑΡΑΓΩΓΗ**ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΣΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΙΟ**

Στη συγκεκριμένη μαθησιακή υποενότητα, αναπτύσσονται τεχνικά θέματα που αφορούν την καθημερινή λειτουργία μιας επαγγελματικής κουζίνας. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν τη γνώση και τη δεξιότητα να θωρακίζουν την υγιεινή και την ασφάλεια στη διαδικασία παραγωγής τροφίμων, με έμφαση στη μαγειρική τέχνη. Αναλύεται η λειτουργία κάθε τμήματος παραγωγής και ομαδοποιούνται τα κοινά σημεία εφαρμογής της οργάνωσης, της διαχείρισης και των διαδικασιών στο μαγειρείο. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναγνωρίζουν και εφαρμόζουν τις καλύτερες πρακτικές όσον αφορά τη διαχείριση των πρώτων υλών. Αυτό συμπεριλαμβάνει τη διατήρησή τους στις κατάλληλες συνθήκες, έτσι ώστε η ποιότητά τους να παραμένει αναλλοίωτη και να αποφεύγονται τυχόν απώλειες. Έμφαση δίνεται στην παρουσίαση της επαγγελματικής εικόνας του/της εκπαιδευομένου/-ης κατά την εργασία του. Αναλύονται σχολαστικά η ενδυμασία και η προσωπική υγιεινή, ενώ περιγράφεται η στολή του/της μάγειρα/-ισσας με βάση τα τεχνικά θέματα που ορίζει η νομοθεσία. Ταυτόχρονα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καταγράφουν τις βασικές αρχές λειτουργίας των προγραμμάτων υπολογισμού προμηθειών, μηχανοργάνωσης, διαχείρισης αποθήκης LIFO/FIFO, και ορίζουν τις προδιαγραφές κάθε σταδίου διαχείρισης, προστατεύοντας την υγιεινή και την ασφάλεια των πρώτων υλών και των επεξεργασμένων τροφίμων. Σε αυτό το πλαίσιο, ένα από τα σημαντικά παραδείγματα αφορά τη διασφάλιση του πλάνου υγιεινής και ασφάλειας στον χώρο παραγωγής. Τέλος, πραγματοποιείται παρουσίαση εργασιών με θέματα που άπτονται της ασφάλειας και της υγιεινής μέσα στο εργαστήριο, με τη χρήση των προβλεπόμενων εντύπων του HACCP. Η εφαρμογή αυτή παραμένει σταθερή καθ' όλη τη διάρκεια των εργαστηριακών μαθημάτων σε όλα τα εξάμηνα.

2.1.ΣΤ.5 | ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ ΣΤΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΤΕΧΝΗ

Στη συγκεκριμένη μαθησιακή υποενότητα, οι θεωρητικές γνώσεις εφαρμόζονται στην πράξη, κάτι που αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της εκπαίδευσης στο τμήμα των μονάδων παραγωγής τροφίμων. Στο πλαίσιο αυτό, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναπτύσσουν ικανότητες στην επιλογή και τη διαχείριση των πρώτων υλών. Αξιολογούν και αξιοποιούν τις πρώτες ύλες σε αυτοτελή παρασκευάσματα ή/και σε μια ολοκληρωμένη γευστική ακολουθία, τα οποία αναδεικνύουν τη γεύση και προάγουν την υγεία των καταναλωτών. Επίσης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναπτύσσουν δεξιότητες που τους επιτρέπουν να διαχειρίζονται τα τρόφιμα και τον εξοπλισμό με ασφάλεια, να αντιλαμβάνονται τους πιθανούς κινδύνους και να υιοθετούν τα πρότυπα υγιεινής κατά τη διαδικασία δημιουργίας των παρασκευών. Επιπλέον, αναπτύσσουν ικανότητες προσδιορισμού των διαφόρων μορφών των πρώτων υλών μέσω της γνωριμίας με υλικά με ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και γεύση. Παράλληλα, μαθαίνουν πώς να παρουσιάζουν ένα δομημένο παρασκεύασμα, το οποίο διασφαλίζει τη γευστική ικανότητα των επισκεπτών. Εξοικειώνονται με

τις βασικές αρμοδιότητες διαχείρισης των υλικών, ανάλογα με το είδος της κουζίνας, τις ανάγκες και τις ιδιαιτερότητες των πελατών. Σημαντικό κομμάτι αυτής της υποεπάρκειας είναι η εξάσκηση των εκπαιδευομένων σε τεχνικές επεξεργασίας νέων αλλά και λιγότερο γνωστών τοπικών και συχνά εποχικών πρώτων υλών. Στο πλαίσιο αυτό, προτείνεται η επίσκεψη σε εταιρείες τροφίμων της περιοχής, όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ές μπορούν να παρακολουθήσουν επαγγελματίες να διαχειρίζονται τα υλικά και να διαπιστώσουν πώς αντιδρούν σε διάφορες μορφές επεξεργασίας. Τέλος, στην υποεπάρκεια αυτή, ενισχύουν τη δημιουργικότητά τους και εκπαιδεύονται στον πλήρη έλεγχο της παρασκευής τροφίμων, καλλιεργώντας τις δεξιότητες που απαιτεί μια σύγχρονη μονάδα επισιτισμού.

2.1.ΣΤ.6 | ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ ΣΕ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ

Στην παρούσα μαθησιακή υποεπάρκεια, οι εκπαιδευόμενοι/-ες επισκέπτονται χώρους είτε αμιγώς επαγγελματικούς είτε συνυφασμένους με το τμήμα τους. Επίσης, υπάρχει η δυνατότητα να επισκεφτεί ένας/μία επαγγελματίας το τμήμα και να παρουσιάσει νέες τεχνικές, νέα και παραδοσιακά προϊόντα, τρόπους συνεργασίας, παρουσίαση της εταιρείας που αντιπροσωπεύει, με έμφαση στις αξίες της κ.ά. Γίνεται εφαρμογή των θεωρητικών γνώσεων στην πράξη, κάτι που αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της εκπαίδευσης στον χώρο της κουζίνας. Στο πλαίσιο αυτό, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναπτύσσουν ικανότητες που αφορούν τη διασύνδεσή τους με τις επιχειρήσεις επισιτισμού. Κατά τη διάρκεια αυτής της υποεπάρκειας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναγνωρίζουν και εφαρμόζουν τις βασικές γνώσεις που καθορίζουν την άρτια επαγγελματική τους πορεία, αναπτύσσοντας ένα ευρύ φάσμα δεξιοτήτων που απαιτούνται στον χώρο της εστίασης. Δίνεται έμφαση στη γνώση, την εξοικείωση και τη χρήση βασικών τεχνικών μαγειρικής τόσο στον εργαστηριακό χώρο όσο και στις βιομηχανίες τροφίμων. Επιπροσθέτως, μέσω πρακτικών εφαρμογών, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν βαθύτερη κατανόηση των διαδικασιών λειτουργίας και αναγνωρίζουν τις κατάλληλες τεχνικές για την παροχή υψηλής ποιότητας υπηρεσιών. Συνοπτικά, το αποτέλεσμα αυτής της υποεπάρκειας είναι η απόκτηση της απαραίτητης τεχνογνωσίας και η εξάσκηση στις βασικές τεχνικές, καθώς και η οργάνωση του τμήματος με στόχο την επαγγελματική εξειδίκευση.

2.1.ΣΤ.7 | ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΤΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ – ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ

Η παρούσα υποεπάρκεια αποτελεί σημαντικό κομμάτι της εκπαιδευτικής διαδικασίας, μέσω της οποίας οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν βασικές γνώσεις που καθορίζουν την άρτια επαγγελματική τους πορεία, αναπτύσσοντας ένα ευρύ φάσμα δεξιοτήτων που απαιτούνται στον χώρο της μαγειρικής. Στο πλαίσιο αυτό, έμφαση δίνεται στη γνώση, την εξοικείωση και τη χρήση βασικών τεχνικών μαγειρικής, προετοιμασίας αλλά και αρτοζαχαροπλαστικής, με στόχο τη σωστή επεξεργασία των πρώτων υλών, διασφαλίζοντας τη διατήρηση των βιταμινών τους. Επιπροσθέτως, μέσω πρακτικών εφαρμογών, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν βαθύτερη κατανόηση των διαδικασιών παρασκευής και αναλύουν τις κατάλληλες τεχνικές για τη δημιουργία υψηλής ποιό-

τητας δεσμάτων. Για παράδειγμα, εξασκούνται στην παρασκευή δεσμάτων και τη διακόσμηση πιάτων όπως είναι οι παραδοσιακές πίτες, οι φρέσκες σαλάτες, οι ζωμοί και οι σάλτσες, εδέσματα της ελληνικής κουζίνας όπως λαδερά και ντολμαδάκια, καθώς και παραδοσιακά εδέσματα που εναρμονίζονται με το εθνικό εορτολόγιο. Οι βασικές τεχνικές μαγειρικής είναι ουσιώδεις για τη δημιουργία γευστικών εμπειριών και την ανάπτυξη επαγγελματικής εξειδίκευσης. Στην υποεπένδυση αυτή, οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενισχύουν τη δημιουργικότητά τους και εκπαιδεύονται στον πλήρη έλεγχο της παρασκευής τροφίμων, αποκτώντας τις δεξιότητες που απαιτούνται στη σύγχρονη μαγειρική τέχνη. Τα προϊόντα με τα οποία θα πειραματιστούν είναι γνωστά εδέσματα κυρίως της ελληνικής κουζίνας, αλλά και επιλεγμένες παρασκευές της διεθνούς κουζίνας. Συνοπτικά, το αποτέλεσμα αυτής της υποεπένδυσης είναι η απόκτηση της απαραίτητης γνώσης και η εξάσκηση σε βασικές τεχνικές της μαγειρικής, με στόχο την επαγγελματική εξειδίκευση.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Χειλαδάκης, Σ. (2019). *Εγχειρίδιο Τεχνικού Μαγειρικής Τέχνης* (4η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Επτάλοφος.
2. Καλόσακας, Ε. & Παναγούλης, Α. (2017). *Μαγειρεύουμε. Η δημιουργία*. Αθήνα: Εκδόσεις Le Monde/Les Livres du Tourisme.
3. Θεοδωρέλης, Χ. Δ. (2023). *Επιστήμη και Τεχνογνωσία στη Μαζική Εστίαση*. Θεσσαλονίκη: Ιδιωτική έκδοση.

Συμπληρωματικές

1. Καλόσακας, Ε., Παναγούλης, Α. & Συντάκας, Κ. (2013). *Μαγειρεύοντας. Οι βάσεις της μαγειρικής*. Αθήνα: Εκδόσεις Le Monde/Les Livres du Tourisme.
2. Παλησίδης, Γ. & Μπόσκου, Γ. (2014). *Νέα διατροφικά & γαστρονομικά πρότυπα*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ. Ανακτήθηκε από:
https://imegsevee.gr/wp-content/uploads/2018/02/gastronomika_protupa.pdf

2.2 • ΕΞΑΜΗΝΟ Β΄

2.2.A • ΓΑΛΛΙΚΑ II

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός της μαθησιακής ενότητας είναι οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εξοικειωθούν με τη γαλλική γλώσσα και ορολογία στους χώρους της επαγγελματικής κουζίνας. Διδάσκονται γραμματικά στοιχεία, βασικό λεξιλόγιο μαγειρικής, καθώς και ορολογίες που αφορούν τεχνικές μαγειρικής και σκεύη της επαγγελματικής κουζίνας. Επίσης, παρουσιάζονται αντιπροσωπευτικές συνταγές στη γαλλική γλώσσα και τα αντίστοιχα υλικά που τις απαρτίζουν. Τέλος, παρουσιάζονται βασικοί διάλογοι που αφορούν την καθημερινή λειτουργία του χώρου της επαγγελματικής κουζίνας.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Προφέρουν σωστά αντιπροσωπευτικά γαλλικά προϊόντα,
- Περιγράφουν στη γαλλική γλώσσα τους χώρους μιας επαγγελματικής κουζίνας,
- Περιγράφουν στη γαλλική γλώσσα παραδοσιακές, μοντέρνες και κλασικές γαλλικές συνταγές,
- Παρουσιάζουν στη γαλλική γλώσσα γνωστά γαλλικά προϊόντα,
- Περιγράφουν στη γαλλική γλώσσα τη σύσταση ενός πιάτου και τις τεχνικές που χρησιμοποιήθηκαν για την παρασκευή του,
- Αναπτύσσουν διαλόγους στα γαλλικά σχετικούς με την παρουσίαση ενός πιάτου σε έναν πελάτη,
- Αναπτύσσουν διαλόγους στα γαλλικά σχετικούς με την αντιμετώπιση παραπόνων εκ μέρους των πελατών,
- Περιγράφουν στα γαλλικά παραγγελίες πελατών.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Brigade de cuisine / Description de plats / Description de produits / Gastronomie française / Manuels de gastronomie / Plats français traditionnels / Plats français modernes / Prendre une commande / Résolution de problème / Spécialités françaises.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο (2).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΓΑΛΛΙΚΩΝ ΠΙΑΤΩΝ
2	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΩΝ ΣΤΑ ΓΑΛΛΙΚΑ
3	ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΥΤΙΚΩΝ ΓΑΛΛΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ
4	ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ, ΜΟΝΤΕΡΝΕΣ ΚΑΙ ΚΛΑΣΙΚΕΣ ΓΑΛΛΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ
5	ΓΑΛΛΙΚΗ ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΧΩΡΟΤΑΞΙΑ ΣΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ
6	ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΑΡΑΠΟΝΩΝ ΚΑΙ ΕΠΙΛΥΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ ΣΤΑ ΓΑΛΛΙΚΑ
7	ΑΠΟΤΥΠΩΣΗ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΚΗΣ ΟΡΟΛΟΓΙΑΣ ΑΠΟ ΒΙΝΤΕΟ ΚΑΙ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΑ

Κείμενο αναφοράς

2.2.A.1 | ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΓΑΛΛΙΚΩΝ ΠΙΑΤΩΝ

Η πρώτη υποενότητα στοχεύει στην εκμάθηση βασικών φράσεων και διαλόγων που σχετίζονται με την παρουσίαση πιάτων σε πελάτες στα γαλλικά. Αρχικά, οι εκπαιδευόμενοι/-ες επικεντρώνονται στο βασικό λεξιλόγιο που χρειάζονται για την παρουσίαση ενός πιάτου, ξεκινώντας από τις διάφορες κατηγορίες γευμάτων και συνεχίζοντας με τη γαλλική ορολογία/ονοματολογία των βασικών ειδών λαχανικών, φρούτων, κρεάτων, ψαριών και θαλασσινών. Γίνεται αναφορά σε χρήσιμες φράσεις παρουσίασης και περιγραφής ενός πιάτου, μέσω ανάλυσης τόσο των μαγειρικών τεχνικών όσο και των επιμέρους συστατικών που χρησιμοποιούνται. Επιπλέον, παρουσιάζονται οι απαραίτητες γαλλικές συνδετικές λέξεις και φράσεις ώστε να υπάρχει συνοχή, λογική και χρονική αλληλουχία και ακρίβεια στην παροχή πληροφοριών για το εκάστοτε πιάτο. Οι εκπαιδευτικές μέθοδοι που προτείνονται για τη διδασκαλία είναι η εισήγηση για την ορθή χρήση του λεξιλογίου και την ανάλυση των γλωσσικών πράξεων, και η αξιοποίηση εποπτικών μέσων κατά την παρουσίαση και την ανάλυση αυθεντικών διαλόγων στη γαλλική γλώσσα. Η εκπαιδευτική διαδικασία ολοκληρώνεται με προσομοίωση και παιχνίδι ρόλων, κατά τα οποία οι εκπαιδευόμενοι/-ες εναλλάσσονται στους ρόλους του/της σεφ και του/της πελάτη/-ισσας, κάνουν ερωτήσεις για συγκεκριμένα πιάτα και απαντούν με αυτοπεποίθηση, δίνοντας αναλυτική περιγραφή και πληροφορίες. Μέσω ανατροφοδότησης και συζήτησης, ο/η εκπαιδευτής/-τρια παρέχει συμβουλές και διορθώσεις, και οι εκπαιδευόμενοι/-ες αντιλαμβάνονται τι μπορεί να βελτιωθεί στη χρήση από μέρους τους της γαλλικής γλώσσας.

2.2.A.2 | ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΩΝ ΣΤΑ ΓΑΛΛΙΚΑ

Στην υποενότητα αυτή, οι εκπαιδευόμενοι/-ες διδάσκονται δεξιότητες όπως είναι η σαφήνεια και η ευγένεια και ορίζονται οι βασικές αρχές επικοινωνίας για τη σαφέστερη περιγραφή παραγγελιών στη γαλλική γλώσσα. Ο/Η εκπαιδευτής/-τρια κάνει,

αρχικά, σύνδεση με την προηγούμενη υποενότητα, επαναλαμβάνοντας χρήσιμες πληροφορίες για τη δομή της γαλλικής γλώσσας και το απαραίτητο λεξιλόγιο. Στη συνέχεια, η υποενότητα εστιάζεται σε χρήσιμες φράσεις για τη λήψη παραγγελίας, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να ρωτούν με ευγένεια και να κατανοούν τι επιθυμεί να παραγγείλει ο πελάτης, τι έχει επιλέξει, ποιες είναι οι προτιμήσεις του ως προς τον τρόπο ψησίματος του κρέατος και εάν θέλει κάποιο συνοδευτικό. Εξετάζουν, επίσης, την αντιμετώπιση ειδικών αιτημάτων των πελατών, σχετικών με διατροφικές επιλογές ή αλλεργίες. Στο πλαίσιο αυτό, για να αποκτηθούν δεξιότητες προφορικής επικοινωνίας, δίνεται ιδιαίτερη προσοχή στην προφορά, γιατί η ορθή εκφορά της γαλλικής γλώσσας είναι ουσιώδης για την αποφυγή παρεξηγήσεων. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξασκούνται στη λήψη και την περιγραφή μίας παραγγελίας στα γαλλικά, χρησιμοποιώντας ορολογία που σχετίζεται με την παρασκευή πιάτων, μέσω προσομοίωσης καθημερινών καταστάσεων επικοινωνίας με άλλους/-ες εργαζόμενους/-ες στην κουζίνα. Συνολικά, η συγκεκριμένη μαθησιακή υποενότητα έχει ως στόχο να εξοπλίσει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες με τις απαραίτητες δεξιότητες και γνώσεις για αποτελεσματική περιγραφή παραγγελιών, προσομοιώνοντας πραγματικές συνθήκες εργασίας και βοηθώντας τους/τες να εξασκήσουν την ικανότητα στη γαλλική γλώσσα.

2.2.A.3 | ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΕΥΤΙΚΩΝ ΓΑΛΛΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ

Στην παρούσα υποενότητα, παρουσιάζονται κάποια από τα πιο αντιπροσωπευτικά γαλλικά προϊόντα και αναλύονται η προέλευση, τα χαρακτηριστικά και οι χρήσεις τους στην κουζίνα. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες έρχονται σε επαφή με προϊόντα όπως η truffe du Périgord, μαθαίνουν για την προέλευσή της, τις διάφορες ποικιλίες και τις μεθόδους συγκομιδής της. Εξετάζονται, στη συνέχεια, διάσημα γαλλικά τυριά, όπως το raclette, το brie, το camembert και το Roquefort, και άλλα γαλακτοκομικά, όπως το περίφημο βούτυρο, το οποίο χρησιμοποιείται ευρέως στη γαλλική κουζίνα και, κυρίως, στην παρασκευή των διάσημων croissants. Μελετώνται, επίσης, εμβληματικά προϊόντα όπως η moutarde de Dijon, βασικό συστατικό της Vinaigrette και σύνθετες συνοδευτικό του κρέατος, τα λουκάνικα saucisses alsaciennes, και το foie gras, ένα από τα πιο φημισμένα γαστρονομικά προϊόντα της Γαλλίας. Τέλος, η υποενότητα εστιάζεται στα πολυάριθμα γαλλικά κρασιά, με έμφαση στη champagne, ένα προϊόν ΠΟΠ υψηλής ποιότητας, σημείο αναφοράς για τη γαστρονομική κληρονομιά της Γαλλίας. Αναλύονται οι μέθοδοι παραγωγής, οι προδιαγραφές ποιότητας και οι περιοχές παραγωγής. Οι εκπαιδευτικές μέθοδοι που προτείνονται είναι κυρίως η προβολή οπτικοακουστικού υλικού που παρουσιάζει τις διαδικασίες συγκομιδής/παραγωγής και τις περιοχές προέλευσης των προϊόντων, γευστικές δοκιμές και σεμινάρια γευσιγνωσίας με επαγγελματίες chefs και sommeliers, και πρακτική εξάσκηση στην ανάλυση και την περιγραφή των χαρακτηριστικών των προϊόντων και των κρασιών. Μέσω αυτής της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν βασικές γνώσεις για τη σημασία και τη χρήση αντιπροσωπευτικών γαλλικών προϊόντων και

γνωρίζουν αυθεντικές εμπειρίες, ενισχύοντας την καλλιέργεια της γαστρονομικής τους ταυτότητας και την επαγγελματική τους ανάπτυξη.

2.2.A.4 | ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ, MONTERNES ΚΑΙ ΚΛΑΣΙΚΕΣ ΓΑΛΛΙΚΕΣ ΣΥΝΤΑΓΕΣ

Η τρέχουσα υποενότητα εστιάζεται στη γαλλική γαστρονομία, η οποία συμπεριλαμβάνεται στον κατάλογο της άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς της ανθρωπότητας της UNESCO από το 2010. Αναφέρονται παγκοσμίως δημοφιλή πιάτα της γαλλικής γαστρονομικής κληρονομιάς όπως: coq au vin, hachis parmentier, steak tartare, soufflé au fromage, soupe à l'oignon και pot-au-feu, καθώς και εμβληματικά παρασκευάσματα όπως: croque-monsieur, tarte tatin, blanquette de veau, gigot d'agneau, moules-frites και magret de canard. Στη συνέχεια, αναλύονται τοπικές σπεσιαλιτέ που αναδεικνύουν την ποικιλομορφία της γαλλικής γεωγραφίας και του τοπικού πολιτισμού, αλλά και την επιρροή τους στη γαστρονομία. Αναφορά γίνεται, ενδεικτικά, σε πιάτα όπως το bœuf bourguignon από τη Βουργουνδία, το cassoulet από το Languedoc-Roussillon, την bouillabaisse και το ratatouille της Μεσογειακής Προβηγκίας, και την carbonnade flamande της Βόρειας Γαλλίας, στα σύνορα με τη Βελγική Φλάνδρα. Μέσα από μοντέρνες συνταγές όπως ravioles aux herbes, risotto au potiron, parmentier de confit de canard, soupe de tomates et basilic, filets de rougets rôlés, αναδεικνύεται η τεχνογνωσία και η διαφορετικότητα που καθρεφτίζεται στα πιάτα της γαλλικής κουζίνας, τα οποία συνδυάζουν παράδοση και νεωτερισμό. Τέλος, εκτενής αναφορά γίνεται στη γαλλική pâtisserie, με έμφαση τόσο στην ορθή προφορά όσο και τη διαδικασία παρασκευής επιλεγμένων παρασκευασμάτων όπως: crêpes, fondant au chocolat, crème brûlée, millefeuille, profiteroles, tarte aux pommes και mousse au chocolat. Μέσα από γευστικές δοκιμές και σεμινάρια γευσιγνωσίας με επαγγελματίες chefs, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αντιλαμβάνονται τη σημασία και τη χρήση χαρακτηριστικών γαλλικών πιάτων, εμπλουτίζοντας τις γαστρονομικές τους εμπειρίες και προωθώντας την επαγγελματική τους εξέλιξη.

2.2.A.5 | ΓΑΛΛΙΚΗ ΟΡΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΧΩΡΟΤΑΞΙΑ ΣΤΗΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ

Στην παρούσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες έρχονται σε επαφή με τη γαλλική ορολογία που σχετίζεται με τους χώρους μιας επαγγελματικής κουζίνας και τον ρόλο καθενός από αυτούς. Γίνεται εκτενής αναφορά στη σημασία κάθε χώρου και στη συνεισφορά του στην ομαλή λειτουργία της επαγγελματικής κουζίνας. Παρουσιάζονται και αναλύονται όροι όπως: espace de rangement, poste de nettoyage, poste de travail, poste de cuisson, poste de dressage des plats, και poste de livraison. Ως εκπαιδευτική δραστηριότητα εμπέδωσης, ο/η εκπαιδευτής/-τρια οργανώνει προσομοίωση, διαμορφώνοντας την αίθουσα ώστε να μοιάζει με επαγγελματική κουζίνα. Προετοιμάζει κάρτες που περιγράφουν τους διαφορετικούς χώρους και τη λειτουργία τους, αναθέτει ρόλους στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες, προτείνει υποδείγματα διαλόγων και σεναρίων που μπορεί να προκύψουν και προβαίνει σε γρήγορη ανασκό-

πηση των βασικών φράσεων και όρων που χρησιμοποιούνται. Μέσω ανατροφοδότησης και συζήτησης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αντιλαμβάνονται τα σημεία βελτίωσης στη χρήση της γαλλικής γλώσσας. Συνολικά, η εν λόγω υποενότητα στοχεύει στην κατανόηση της χωροταξικής κατανομής μιας επαγγελματικής κουζίνας και του ρόλου κάθε χώρου, στη βελτίωση της ικανότητάς τους να επικοινωνούν αποτελεσματικά στα γαλλικά σε ρεαλιστικές συνθήκες, και στην ενίσχυση της αυτοπεποίθησής τους στη χρήση της γλώσσας.

2.2.A.6 | ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΑΡΑΠΟΝΩΝ ΚΑΙ ΕΠΙΛΥΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ ΣΤΑ ΓΑΛΛΙΚΑ

Η διαχείριση παραπόνων και η επίλυση προβλημάτων είναι ζωτικής σημασίας στον τομέα της εστίασης, επειδή η ποιότητα της εξυπηρέτησης επηρεάζει άμεσα την εμπειρία των πελατών/-ισών και τη φήμη του εστιατορίου. Στο πλαίσιο αυτό, παρουσιάζονται στρατηγικές διαχείρισης παραπόνων οι οποίες περιλαμβάνουν την άμεση αναγνώριση και κατανόηση του προβλήματος, την ενεργητική ακρόαση των πελατών/-ισών και την έμπρακτη επίδειξη ενσυναίσθησης. Αναλύεται η σημασία της διατήρησης της ψυχραιμίας και της επαγγελματικής συμπεριφοράς εκ μέρους των εκπαιδευομένων, της επίδειξης ειλικρινούς ενδιαφέροντος για την επίλυση του προβλήματος, και της χρήσης φράσεων που μπορούν να βοηθήσουν στη διαχείριση κάθε κατάστασης. Η υποενότητα εστιάζεται στη χρήση της γαλλικής γλώσσας για τη συλλογή όλων των χρήσιμων πληροφοριών για το ζήτημα, την αξιολόγηση των διαθέσιμων εναλλακτικών και την επιλογή της καλύτερης δυνατής λύσης. Καθώς η εμπλοκή του πελάτη στη διαδικασία επίλυσης είναι καθοριστική, η ορθή χρήση των γαλλικών είναι υψίστης σημασίας για την αποφυγή παρεξηγήσεων και την επιδείνωση μιας ήδη δυσάρεστης κατάστασης. Εκπαιδευτικές προσομοιώσεις και παιχνίδια ρόλων μπορούν να βοηθήσουν τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες να εξασκήσουν αυτές τις δεξιότητες σε ένα ελεγχόμενο περιβάλλον. Μέσω της συγκεκριμένης υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μπορούν να βελτιώσουν τις δεξιότητές τους στην εξυπηρέτηση των πελατών, διασφαλίζοντας υψηλό επίπεδο ικανοποίησης και θετικών εμπειριών.

2.2.A.7 | ΑΠΟΤΥΠΩΣΗ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΚΗΣ ΟΡΟΛΟΓΙΑΣ ΑΠΟ ΒΙΝΤΕΟ ΚΑΙ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΑ

Η τελευταία υποενότητα επικεντρώνεται στην αποτύπωση της γαλλικής γαστρονομικής ορολογίας από βίντεο και εγχειρίδια, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εισέλθουν στον κόσμο της γαλλικής κουζίνας με βιωματικό τρόπο, ανακαλύπτοντας τους όρους και τις τεχνικές που τη διακρίνουν. Τα βίντεο μαγειρικής είναι ένας δυναμικός τρόπος για να μεταδοθούν γαστρονομικές γνώσεις, καθώς οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρακολουθούν επαγγελματίες σεφ να χρησιμοποιούν γαστρονομικούς όρους και να εφαρμόζουν τεχνικές σε πραγματικό χρόνο. Αυτός ο οπτικοακουστικός τρόπος μάθησης βοηθά στην κατανόηση και την απομνημόνευση της ορολογίας, γιατί οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρακολουθούν τις διαδικασίες στην πράξη. Τα βίντεο παρουσιάζονται αρχικά χωρίς υπότιτλους, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να επικεντρωθούν στην ακουστική

κατανόηση της γαλλικής γλώσσας και την ερμηνεία εξωγλωσσικών στοιχείων, όπως της γλώσσας του σώματος. Τα ίδια βίντεο παρουσιάζονται μετά με υπότιτλους, ενώ οι εκπαιδευόμενοι/-ες κρατούν σημειώσεις και συμπληρώνουν φύλλα εργασίας με ερωτήσεις κατανόησης. Η προβολή επαναλαμβάνεται όσες φορές χρειαστεί, ώστε οι τεχνικές να γίνουν πλήρως κατανοητές, καθώς η αυτορρυθμιζόμενη μάθηση είναι ιδιαίτερα χρήσιμη για την απόκτηση πρακτικών δεξιοτήτων που απαιτούν ακρίβεια. Στη συνέχεια, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εμβαθύνουν στη θεωρία μέσω των εγχειριδίων, τα οποία προσφέρουν μια πιο δομημένη και λεπτομερή προσέγγιση στη γαστρονομική ορολογία. Μελετώνται οι θεωρητικές πτυχές της γαστρονομίας και η ιστορική και πολιτιστική σημασία των όρων. Οι τεχνικές εξηγούνται με ακρίβεια, προσφέροντας εξειδικευμένη γνώση της γαστρονομικής ορολογίας. Ως δραστηριότητα εμπέδωσης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες συμπληρώνουν φύλλα εργασίας με ερωτήσεις κατανόησης και εργάζονται σε ομάδες ώστε να δημιουργήσουν τα δικά τους εγχειρίδια μαγειρικής.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Cholvy, J. (2014). *En cuisine! – Niveaux A1/A2*. Paris: Clé International.
2. Le Goff, A., Desgages, A. & Moreau, C. (2023). *Le Grand livre de la cuisine. La bible indispensable pour cuisiner au quotidien*. Vanves: Hachette.

Συμπληρωματικές

1. *Le Petit Larousse. La bonne cuisine française*. (2023). Vanves: Larousse.
2. Καράμπαμπα, Ε. (2008). *Βασικά Γαλλικά*. Αθήνα: Ινστιτούτο Διαρκούς Εκπαίδευσης Ενηλίκων (ΙΔΕΚΕ). Ανακτήθηκε από:
<http://repository.edulll.gr/edulll/handle/10795/857>

2.2.B • ΤΕΧΝΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ II

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι η εξοικείωση των εκπαιδευομένων με τις βασικές αρχές και λειτουργίες της μαγειρικής τέχνης, καθώς και με τους κανόνες που τη διέπουν. Αναλύονται γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες σε βασικά ζητήματα της μαγειρικής τέχνης, σε επίπεδο τεχνικών, σύνθεσης και παραγωγής εδεσμάτων. Παρουσιάζονται, τόσο σε θεωρητικό όσο και σε πρακτικό επίπεδο, τεχνικές επεξεργασίας υλικών που συνθέτουν κατηγορίες εδεσμάτων. Επικαιροποιούνται οι απαραίτητες γνώσεις γύρω από τις βασικές κοπές, την ορολογία, τις μεθόδους μαγειρέματος, τους κανόνες υγιεινής χώρου, τον χειρισμό και την ασφάλεια των συσκευών, οι οποίες είναι απαραίτητες για την εργασία σε μια επαγγελματική κουζίνα.

Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εμβαθύνουν στις ιδιότητες των υλικών και εμπλουτίζουν τις πιθανές παρασκευές.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Κατηγοριοποιούν τις σάλτσες,
- Αναγνωρίζουν τη διατροφική αξία των αβγών και τους τρόπους μαγειρέματός τους,
- Αναγνωρίζουν τις βασικές κατηγορίες ρυζιών, οσπρίων και δημητριακών, αναδεικνύοντάς τα μέσω των καταλληλότερων τρόπων επεξεργασίας,
- Διαχωρίζουν τα λαχανικά και τα φρούτα στην κουζίνα, γνωρίζοντας τις μεθόδους διαχείρισης και συντήρησής τους, καθώς και τους καταλληλότερους τρόπους παρασκευής τους μέσα από θερμική ή μη επεξεργασία,
- Προετοιμάζουν τις βασικές σάλτσες και γαλακτώματα, και να γνωρίζουν τους τρόπους μαγειρέματος των αβγών εφαρμόζοντας τους βέλτιστους συνδυασμούς, μέσα από ενδεικτικές παρασκευές,
- Χρησιμοποιούν τους διαφορετικούς τύπους ρυζιών, οσπρίων και δημητριακών με διαφορετικούς τρόπους μαγειρέματος και μέσα από ενδεικτικές παρασκευές,
- Δημιουργούν μέσω ενδεικτικών παρασκευών ζύμες,
- Προετοιμάζουν τα λαχανικά, τα φρούτα και τα μανιτάρια, μέσω ενδεικτικών παρασκευών, είτε ως αμιγές παρασκεύασμα είτε ως γαρνιτούρα ενός κυρίως πιάτου,
- Επιλέγουν υλικά και τεχνικές, με σεβασμό στην εποχικότητα και σε συνδυασμό με τη βέλτιστη πρακτική εφαρμογή, δημιουργώντας αυτοτελή πιάτα ενός μενού,
- Επιλύουν δυσκολίες που ανακύπτουν κατά την εκτέλεση διαφόρων τεχνικών καθώς και άλλα σύνθετα προβλήματα, μέσα από τη μελέτη ενδεικτικών περιπτώσεων.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Μητρικές σάλτσες / Φρέσκα ζυμαρικά / Νιόκι / Παρασκευές αβγών / Πιλάφι / Ριζότο / Όσπρια / Σύνθετες σαλάτες / Παρασκευές πατάτας / Λαδερά.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (4), Εργαστήριο (3), Σύνολο (7).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΣΑΛΤΣΕΣ
2	ΑΒΓΑ
3	ΖΥΜΑΡΙΚΑ
4	ΡΥΖΙΑ
5	ΣΙΤΗΡΑ ΚΑΙ ΟΣΠΡΙΑ
6	ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΚΑΙ ΦΡΟΥΤΑ
7	ΣΑΛΑΤΕΣ
8	ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΜΑΝΙΤΑΡΙΩΝ
9	ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΤΟΠΙΚΑ ΕΔΕΣΜΑΤΑ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ
10	ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΙΣ ΖΥΜΕΣ

Κείμενο αναφοράς

2.2.B.1 | ΣΑΛΤΣΕΣ

Στην παρούσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τις μητρικές σάλτσες της γαστρονομίας (sauce béchamel, sauce velouté, sauce espagnole, sauce hollandaise & sauce tomate), απαριθμούν τις βασικές κατηγορίες των σαλτσών και αναφέρουν τα παράγωγά τους. Οι σάλτσες διακρίνονται σε ζεστές, χλιαρές και κρύες. Στις βασικές ζεστές σάλτσες ανήκουν οι εξής: η σάλτσα ντεμί-γκλας (sauce demi-glace), η βελουτέ (sauce velouté) και η μπεσαμέλ (sauce béchamel). Η βασική χλιαρή σάλτσα, η οποία παρασκευάζεται σε μπεν μαρί, είναι η ολλαντέζ (sauce hollandaise). Στις βασικές κρύες σάλτσες ανήκουν: η μαγιονέζα (sauce mayonnaise) και η βινεγκρέτ (sauce vinaigrette). Όλες οι βασικές σάλτσες έχουν παράγωγα, ενώ επίσης υπάρχουν και άλλα είδη τους, όπως οι mole, τα διάφορα είδη πέστο, τα ντρέσινγκ κ.ά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τα παράγωγα των βασικών σαλτσών και αξιοποιούν συνδυαστικά το εύρος των επιλογών τους σε διάφορες παρασκευές. Ταυτόχρονα, αναφέρουν και κατηγοριοποιούν τα εδέσματα στα οποία μπορούν να συνδυαστούν οι διάφορες σάλτσες και χρησιμοποιούν τεχνικές ψύξης και διατήρησής τους, με γνώμονα την υγιεινή και την ασφάλεια των τροφίμων. Στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών μαθησιακών μεθόδων για την καλύτερη κατανόηση του γνωστικού αντικειμένου, συστήνεται η χρήση εννοιολογικών χαρτών, εικόνων και διαγραμματών. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να εφαρμόσουν στο εργαστήριο τις τεχνικές παρασκευής των σαλτσών δοκιμάζοντας και συνδυάζοντας τις βασικές σάλτσες και τα παράγωγά τους με διάφορα εδέσματα, δημιουργώντας σύνθετες παρασκευές.

2.2.B.2 | ΑΒΓΑ

Στην παρούσα υποενότητα, παρουσιάζεται η διατροφική αξία των αβγών, αναλύονται οι τρόποι αναγνώρισης της φρεσκότητάς τους και επεξηγούνται οι διαφορετικές μέθοδοι παρασκευής του, με στόχο την κατανάλωσή τους με ασφάλεια. Αναδεικνύονται τα πιθανά προβλήματα υγείας που μπορεί να προκύψουν από την υπερβολική κατανάλωσή τους, όπως η αύξηση της χοληστερόλης, και προτείνονται τρόποι για την ισορροπημένη ενσωμάτωσή τους στη διατροφή. Εξηγούνται οι οργανικές αλλαγές που συμβαίνουν στα αβγά κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος, όπως η πήξη των πρωτεϊνών και η μεταβολή των λιπιδίων, καθώς και η σημασία του σωστού μαγειρέματος για την αποφυγή μικροβιακών λοιμώξεων, όπως η σαλμονέλα. Στη συνέχεια, αναλύονται οι βασικές παρασκευές των αβγών, οι οποίες χωρίζονται σε τρεις κατηγορίες: βρασμένα με το κέλυφος, βρασμένα ή ψημένα χωρίς κέλυφος, χωρίς κέλυφος, χτυπημένα ή ανακατεμένα και ψημένα. Οι τρόποι παρασκευής των αβγών με το κέλυφος περιλαμβάνουν τα αβγά *à la cocque*, *mollets* και *durs*, ενώ των αβγών χωρίς κέλυφος περιλαμβάνουν τα αβγά *sur le plat*, *en cocotte*, *moulés*, *frits* και *sautés*. Τα αβγά χωρίς κέλυφος μπορεί να είναι χτυπημένα ή ανακατεμένα, και είναι τα εξής: αβγά *brouillés*, οι ομελέτες, η στραπατσάδα κ.ά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες, αξιοποιώντας τις γνώσεις που απέκτησαν στις προηγούμενες υποενότητες, δημιουργούν σύνθετες παρασκευές αβγών, συνδυάζοντας παράλληλα ποικίλες πρώτες ύλες και τεχνικές μαγειρικής. Για τη διδασκαλία, προτείνονται η εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων, η συζήτηση για την αξιοποίηση πρότερων γνώσεων και η παρουσίαση ομαδικών εργασιών που προάγουν τη συνεργασία των εκπαιδευομένων. Για την ανάπτυξη του θέματος, προτείνεται η χρήση διαδραστικών εργαστηρίων, όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα μπορούν να παρασκευάσουν διάφορα είδη αβγών και να κατανοήσουν τη θρεπτική τους αξία στην πράξη.

2.2.B.3 | ΖΥΜΑΡΙΚΑ

Στην υποενότητα αυτή, εξετάζονται τα χαρακτηριστικά, οι κατηγορίες και τα είδη των ζυμαριών. Παρουσιάζονται οι διάφορες μορφές τους, όπως τα μακριά (σπαγγέτι, λικουίνι), τα κοντά (πέννες, φουζίλι), τα φρέσκα, τα γεμιστά (ραβιόλι, tortellini) και τα νιόκι (ρομέν, παριζιέν και πιεμοντέζ) κ.λπ. Περιγράφονται τα βασικά συστατικά παρασκευής τους, όπως το σιμιγδάλι, το αλεύρι, το νερό και τα αβγά, καθώς και οι διαφορές στη θρεπτική τους αξία ανάλογα με τα συστατικά και τον τρόπο παρασκευής τους. Αναφέρονται οι εναλλακτικές επιλογές για την κάλυψη ειδικών διατροφικών αναγκών, όπως ζυμαρικά ολικής άλεσης, χωρίς γλουτένη και από εναλλακτικά αλεύρια (π.χ. ρεβιθάλευρο, από κινόα, από φακή). Στη συνέχεια, αναλύονται οι κατηγορίες των ζυμαρικών και παρουσιάζονται τα βασικά είδη τους στις κουζίνες. Εξηγούνται οι πολιτισμικές και γεωγραφικές επιρροές που έχουν διαμορφώσει τις διάφορες συνταγές και τρόπους παρασκευής τους. Παράλληλα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν πώς να διαχειρίζονται τα διάφορα είδη ζυμαρικών ανάλογα με το είδος και την ποσότητα που έχουν να παρασκευάσουν, ενώ ταυτόχρονα κατανοούν τον ρόλο τους

στη δομή ενός μενού. Στο πλαίσιο αυτό, οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν σάλτσες και διάφορα εδέσματα με φρέσκα και αποξηραμένα ζυμαρικά, δίνοντας μεγαλύτερη έμφαση στη χρήση παραδοσιακών και τοπικών προϊόντων (φλωμάρια Λήμνου, μακαρούνες Μάνης, ποντιακά σιρόν κ.ά.). Για τη διδασκαλία, προτείνονται η εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων και η παρουσίαση ομαδικών εργασιών που καλλιεργούν τη συνεργασία των εκπαιδευομένων. Για την ανάπτυξη του θέματος, προτείνεται η χρήση διαδραστικών εργαστηρίων, όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα μπορούν να υλοποιήσουν διάφορες παρασκευές ζυμαρικών.

2.2.B.4 | PYZIA

Στην υποενότητα αυτή, εξετάζονται τα χαρακτηριστικά, οι κατηγορίες και τα είδη του ρυζιού. Παρουσιάζονται τα είδη, όπως: καρολίνα, γλασέ, νυχάκι, μπασμάτι, γιασμίν, αρμπόριο, καρναρόλι, μπονέτ κ.ά. Αναλύεται η θρεπτική του αξία και οι ποιοτικές διαφορές ανάμεσα στα είδη με βάση τη μέθοδο προετοιμασίας και επεξεργασίας τους, καθώς και οι χρήσεις τους. Στη συνέχεια, αναλύονται οι ποικιλίες του ρυζιού ανάλογα με την προέλευσή τους και τις διαφορετικές κουζίνες του κόσμου. Παρουσιάζονται οι διάφοροι τρόποι μαγειρέματος (βραστό, στον ατμό, τηγανιτό, στον φούρνο κ.ά.) και παρουσιάζονται οι μέθοδοι παρασκευής, όπως το νατύρ, το πιλάφι και το ριζότο. Επισημαίνονται οι χρήσεις του σε διάφορες παρασκευές (ως φάρσα, γαρνιτούρα ή κύριο υλικό) και εξηγείται η σημασία της κατάλληλης επεξεργασίας για κάθε περίπτωση. Στη συνέχεια, ορίζεται το ελάχιστο επιτρεπόμενο βάρος που πρέπει να τηρείται κατά το σερβίρισμα, ανάλογα με τον ρόλο του ρυζιού στο πιάτο. Αναλύονται οι χρήσεις των διαφόρων ειδών ρυζιού, ξεκινώντας από τα ορεκτικά (π.χ. ρυζοκροκέτες, ρυζόπιτα κ.ά.) και τη σούπα μέχρι τις σαλάτες και τα επιδόρπια. Στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών μαθησιακών μεθόδων για την εμπέδωση των διαφόρων παρασκευών ρυζιού, προτείνεται η χρήση εννοιολογικών χαρτών, εικόνων και η παρουσίαση βίντεο. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να εφαρμόσουν στο εργαστήριο τις βασικές μεθόδους παρασκευής, αξιοποιώντας γνώσεις που απέκτησαν στις προηγούμενες υποενότητες. Για ανατροφοδότηση, προτείνεται η χρήση web 2.0 εκπαιδευτικών εργαλείων.

2.2.B.5 | ΣΙΤΗΡΑ ΚΑΙ ΟΣΠΡΙΑ

Στην υποενότητα αυτή, παρουσιάζονται τα χαρακτηριστικά των σιτηρών και των οσπρίων, οι βασικές κατηγορίες σιτηρών, όπως το σιτάρι, το καλαμπόκι, το κριθάρι, η σίκαλη, η βρώμη κ.ά., καθώς και τα διάφορα είδη οσπρίων, όπως φακές, ρεβίθια, φασόλια, σόγια, μπιζέλια κ.ά. Στη συνέχεια, αναλύονται οι διάφορες ποικιλίες των σιτηρών και των οσπρίων ανάλογα με την προέλευσή τους, με έμφαση σε τοπικά προϊόντα. Παρουσιάζονται, επίσης, οι διάφοροι τρόποι επεξεργασίας, αξιοποίησης και μαγειρέματος των σιτηρών και των οσπρίων και αναδεικνύονται τα διατροφικά οφέλη αλλά και οι προκλήσεις της κατανάλωσής τους. Συζητείται η σημασία τους ως

πηγές υδατανθράκων, φυτικών ινών, πρωτεϊνών και βιταμινών, και οι δυνατότητες ενσωμάτωσής τους στη διατροφή ατόμων που είναι vegan ή vegetarian. Αναφέρονται οι διαφοροποιήσεις που μπορούν να γίνουν για την κάλυψη ειδικών διατροφικών αναγκών, όπως τα σιτηρά ολικής άλεσης για περισσότερες φυτικές ίνες, και οι διατροφικές αξίες των οσπρίων ως εναλλακτικών πηγών πρωτεΐνης. Για τη διδασκαλία, προτείνονται η εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων και η συζήτηση για την αξιοποίηση πρότερων γνώσεων, καθώς και η παρουσίαση ομαδικών εργασιών για τις διαφορετικές ποικιλίες σιτηρών και οσπρίων σε όλο τον κόσμο. Στο εργαστηριακό μέρος, οι εκπαιδευόμενοι/-ές ενθαρρύνονται να αξιοποιήσουν και να δημιουργήσουν διάφορες παρασκευές χρησιμοποιώντας σόγια, πλιγούρι, φασόλια, γίγαντες, ρεβίθια κ.ά. και τα άλευρά τους.

2.2.B.6 | ΛΑΧΑΝΙΚΑ, ΜΑΝΙΤΑΡΙΑ ΚΑΙ ΦΡΟΥΤΑ

Σε αυτή την υποενότητα, εξετάζεται η σημασία των φρούτων και των λαχανικών στη μαγειρική και αναδεικνύονται η θρεπτική τους αξία και η συμβολή τους στην υγιεινή διατροφή. Ειδικότερα, αναλύονται οι τρόποι επιλογής, συντήρησης και προετοιμασίας τους, με έμφαση στη διατήρηση των βιταμινών και των μετάλλων αλλά και στην εποχικότητα. Επίσης, σε αυτή την υποενότητα, προβάλλονται τα χαρακτηριστικά των μανιταριών και παρουσιάζονται οι διάφορες κατηγορίες και τα είδη τους, όπως τα λευκά (*Agaricus bisporus*), τα πορτοσίι (*Boletus edulis*), τα shiitake (*Lentinula edodes*), τα maitake (*Grifola frondosa*), τα πλευρώτους (*Pleurotus ostreatus*) κ.ά., καθώς και τα διάφορα είδη τρούφας που χρησιμοποιούνται στη μαγειρική. Ακόμη, αναφέρεται η θρεπτική τους αξία, αναλύονται οι διαφορές τους ανάλογα με το είδος και περιγράφεται ο τρόπος διαχείρισης και επεξεργασίας τους (καθάρισμα, τεμαχισμός, μαγείρεμα, ή αποξηήνωση). Στη συνέχεια, παρουσιάζονται τα πιο κοινά φρούτα που χρησιμοποιούνται στη μαγειρική, όπως μήλα, λεμόνια, πορτοκάλια κ.ά. και αναλύεται η σκοπιμότητα της χρήσης τους σε διάφορα πιάτα (σε διάφορες μορφές). Επίσης, εξηγούνται οι ιδιότητες και τα οφέλη από την ενσωμάτωσή τους στα καθημερινά γεύματα, από τις σαλάτες και τις σούπες έως τα κυρίως πιάτα και τα επιδόρπια. Περιγράφονται, ακόμα, συνδυασμοί φρούτων και λαχανικών που αναδεικνύουν γευστικά τις παραδοσιακές συνταγές, προσφέροντας παράλληλα σύγχρονες υγιεινές επιλογές. Οι εκπαιδευτικές μέθοδοι που προτείνονται για την ενεργοποίηση των εκπαιδευόμενων περιλαμβάνουν τη συζήτηση και τη βιωματική μάθηση μέσω πρακτικών εφαρμογών στην κουζίνα. Επίσης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μπορούν να δημιουργήσουν ομάδες εργασίας, στις οποίες θα μελετήσουν περιπτώσεις με αντίστοιχη θεματολογία για την ανάπτυξη της κριτικής τους σκέψης.

2.2.B.7 | ΣΑΛΑΤΕΣ

Στην παρούσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τη σημασία των σαλατών στην επαγγελματική μαγειρική, αναδεικνύοντας τη θρεπτική τους αξία, την

ποικιλία των συστατικών, καθώς και τη δημιουργικότητα που απαιτείται για την παρασκευή τους. Αρχικά, παρουσιάζονται οι βασικές κατηγορίες τους, οι οποίες διακρίνονται σε απλές και οι σύνθετες. Αναλύονται οι διαφορετικοί τύποι φρέσκων σαλατών, εξηγείται ο όρος «πράσινη σαλάτα» και παρουσιάζονται διάφορες σύνθετες σαλάτες. Ταυτόχρονα, εξηγούνται οι τεχνικές επιλογής και προετοιμασίας των συστατικών, με έμφαση στη φρεσκάδα, τη χρωματική αρμονία και την υφή, καθώς και τη σημασία της σωστής διαχείρισης των υλικών για την εξασφάλιση ενός ποιοτικού αποτελέσματος. Στη συνέχεια, παρουσιάζονται οι βασικές σαλάτες της επαγγελματικής κουζίνας και κατηγοριοποιούνται με βάση τον τρόπο επεξεργασίας τους σε βρασμένες και ωμές (ζεστές και κρύες), με ιδιαίτερη αναφορά σε εκείνες που έχουν κρεμώδη υφή (π.χ. τυροσαλάτα, μελιτζανοσαλάτα κ.ά.). Αναλύεται η σκοπιμότητα της χρήσης διαφορετικών συστατικών και ντρέσινγκ, καθώς και η ικανότητα συνδυασμού γεύσεων και υφών για τη δημιουργία ισορροπημένων και ελκυστικών πιάτων. Ακολούθως, εξετάζεται η συμβολή των σαλατών στην υγιεινή διατροφή και παρουσιάζονται ενδεικτικές συνταγές που μπορούν να προσαρμοστούν ανάλογα με τις απαιτήσεις του μενού και τις προτιμήσεις των πελατών. Στο εργαστηριακό μέρος, παρασκευάζονται διάφορα είδη σαλατών με χρήση κυρίως τοπικών προϊόντων, ενώ δίνεται έμφαση στην επιλογή του κατάλληλου σκεύους για τη βέλτιστη παρουσίαση και ανάδειξη των εδέσματος. Για τη διδασκαλία, προτείνονται η εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων και η παρουσίαση ομαδικών εργασιών που προάγουν τη συνεργασία των εκπαιδευομένων. Για την ανάπτυξη του θέματος, προτείνεται η χρήση διαδραστικών εργαστηρίων, όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα δημιουργήσουν διάφορους συνδυασμούς σαλατών με το αντίστοιχο ντρέσινγκ.

2.2.B.8 | ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΛΑΧΑΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΜΑΝΙΤΑΡΙΩΝ

Η παρούσα υποενότητα συνδέεται άμεσα με την υποενότητα «Λαχανικά,μανιτάρια και φρούτα», γιατί εξετάζονται οι διαφορετικές μαγειρικές μέθοδοι που μπορούν να εφαρμοστούν και η επίδρασή τους στη γεύση και τη διατροφική τους αξία. Παρουσιάζονται οι βασικές τεχνικές προετοιμασίας λαχανικών, όπως ο καθαρισμός, η κοπή και η προεργασία πριν από το μαγείρεμα. Περιγράφονται οι τρόποι ψήσιματος και οι τεχνικές που αναδεικνύουν τις γεύσεις και τις υφές τους, όπως ο βρασμός, το σοτάρισμα, το ποσάρισμα, το μπλανσάρισμα, το τηγάνισμα, το ψήσιμο στη σχάρα ή στον ατμό, το κονφί, το μαρινάρισμα κ.ά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες διδάσκονται τη σημασία επιλογής της σωστής μεθόδου ανάλογα με το είδος και το μέρος ενός λαχανικού (βολβοί, άνθη, φύλλα, καρποί κ.λπ.), συνδυάζοντάς τη με άλλες τεχνικές τις οποίες έχουν ήδη μάθει. Στη συνέχεια, γνωρίζουν νέους τρόπους κοπής και παρασκευές με πατάτες, καθώς και τη σχετική ορολογία. Επεξεργάζονται και ετοιμάζουν διάφορες παρασκευές με πατάτες, όπως είναι οι εξής: σεβέ, πάιγ, αλυμέτ, μινιονέτ, τσιπς, γκοφρέ, τηγανιτές, πον-νεφ, σουφλέ, μπαταίγ, σχάρας, πουρέ, μουσελίν, ντυσές, ντοφίν, κροκέτες, γουίλιαμς, βραστής, ατμού, ρομπ ντε σαμπρ, λυοναίζ, ρισολέ, σατώ, φο-

ντάν, μαξίμ, μπουλανζέρ, ογκρατέν, ντοφινουάζ, γιαχνί, φούρνου, ριγανάτες κ.ά. Στη συνέχεια, παρασκευάζουν λαδερά φαγητά στην κατσαρόλα αλλά και φούρνου, όπως: φασολάκια, αρακά, μπάμιες, σπανακόρυζο, πρασόρυζο, λάχανο κοκκινιστό (λαχανιά), μελιτζάνες ραγού, κολοκυθάκια ραγού, ρατατούι, μελιτζάνες παπουτσάκια κ.ά. Ακολουθώντας, παρουσιάζονται οι βασικοί τρόποι μαγειρέματος των μανιταριών και οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν τα διάφορα είδη μανιταριών με τον ανάλογο τρόπο (τηγανιτά σε αμπελόφυλλο, σοτέ, σχάρας, αλά κρεμ, γεμιστά, φρικασέ, στιφάδο κ.ά.). Με την ολοκλήρωση των παρασκευών λαχανικών και μανιταριών, οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν αφυδατωμένα λαχανικά και μανιτάρια, τα οποία θα αξιοποιήσουν σε επόμενες παρασκευές. Για την ανάπτυξη του θέματος, προτείνεται η χρήση διαδραστικών εργαστηρίων, όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα μπορούν να ετοιμάσουν διάφορες παρασκευές λαχανικών, με έμφαση στη χρήση τοπικών προϊόντων.

2.2.B.9 | ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΤΟΠΙΚΑ ΕΔΕΣΜΑΤΑ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΑ ΛΑΧΑΝΙΚΑ

Στην υποενότητα αυτή, παρουσιάζονται τοπικά εδέσματα με βάση τα λαχανικά και αναλύονται τα ποιοτικά χαρακτηριστικά τους. Πρόκειται για ελληνικές παραδοσιακές συνταγές που αναδεικνύουν την πλούσια γεύση και τη θρεπτική αξία των λαχανικών. Περιγράφονται οι βασικές τεχνικές παρασκευής τους, καθώς και η πολιτιστική και ιστορική τους σημασία, γιατί αντικατοπτρίζουν την τοπική παραγωγή, την εποχικότητα των προϊόντων, αποτελώντας μια γαστρονομική κληρονομιά που μεταφέρεται από γενιά σε γενιά. Τονίζεται η σύνδεση των φρέσκων λαχανικών με την υγιεινή διατροφή και η ανάγκη διαφύλαξης και ανάδειξης των συνταγών ως αναπόσπαστο κομμάτι της πολιτιστικής μας κληρονομιάς. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν παραδοσιακές συνταγές με βάση τα λαχανικά, όπως: αγκινάρες αλά πολιτά, μουσακά, λαχανοντολμάδες, σαρμαδάκια (με αμπελόφυλλο), γεμιστά «λαδερά» (τομάτες, πράσινες πιπεριές, πιπεριές Φλωρίνης), κολοκυθοανθούς τηγανιτούς ή γεμιστούς, κρεμμύδια γεμιστά με κιμά και πλιγούρι, μελιτζάνες ιμάμ, μπριάμ («τουρλού» ή «συμπεθεριό»). Για τη διδασκαλία, προτείνεται η εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων και η συζήτηση για την αξιοποίηση πρότερων γνώσεων. Επίσης, κρίνεται απαραίτητη η διεξαγωγή διαδραστικών εργαστηρίων, όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα έχουν την ευκαιρία να παρασκευάσουν και να δοκιμάσουν διάφορα παραδοσιακά ελληνικά εδέσματα με βάση τα λαχανικά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να συζητήσουν τις προτιμήσεις τους και να παρουσιάσουν τις εμπειρίες τους σχετικά με την παρασκευή αυτών των πιάτων, προτείνοντας τρόπους ανάδειξής τους.

2.2.B.10 | ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΙΣ ΖΥΜΕΣ

Στην υποενότητα αυτή, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αξιοποιούν τις γνώσεις που απέκτησαν από τις προηγούμενες ενότητες και συνδυάζουν ποιοτικές πρώτες ύλες για την παρασκευή διαφόρων ειδών ζύμης, οι οποίες θα χρησιμοποιηθούν στη συνέχεια. Ειδική αναφορά γίνεται στη δραστηριότητα της μαγιάς, στον ρόλο του εξαιρετικού παρ-

θένου ελαιολάδου και των τοπικών βουτύρων. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναγνωρίζουν τη σημασία κρίσιμων παραγόντων όπως είναι η υγρασία, η θερμοκρασία και ο χρόνος. Στη συνέχεια, εξοικειώνονται με τις βασικές τεχνικές ζυμώματος και τα στάδια της ξεκούρασης, της ζύμωσης (φούσκωμα), της μεριδοποίησης ή σχηματοποίησης, του ψησίματος και του κρυώματος. Σε αυτό το σημείο, υπενθυμίζεται στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες η σημασία της ακριβούς ζύγισης των υλικών και του υπολογισμού των παρασκευαζόμενων τεμαχίων για κάθε συνταγή. Ακολουθεί η κατηγοριοποίηση των ζυμών σε ζύμες με μαγιά, χωρίς μαγιά και άλλα είδη ζύμης που χρησιμοποιούνται στη μαγειρική τέχνη, και εξηγείται η σημασία της επιλογής του κατάλληλου άλευρου ανά περίπτωση, γιατί δεν έχουν όλα τα αλεύρα την ίδια απορροφητικότητα σε υγρά. Στη συνέχεια, οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν ζύμες για διάφορα ψωμιά (λευκό, χωριάτικο, ολικής άλεσης κ.ά.), ζύμες χωρίς μαγιά (για χωριάτικο φύλλο, για φύλλο κρούστας, για φύλλο αέρος, για πίτες, πιτάκια, κουρού, σφολιάτα κ.ά.) και άλλα είδη ζύμης (για τάρτες, για τηγάνισμα, για κρέπες κ.ά.). Για τη διδασκαλία της μαθησιακής υποενότητας, προτείνονται η εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων και η παρουσίαση ομαδικών εργασιών. Για την ανάπτυξη του θέματος, συνιστάται η χρήση διαδραστικών εργαστηρίων, όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα μπορούν να παρασκευάσουν διάφορα είδη ζύμης.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Χειλαδάκης, Σ. (2019). *Εγχειρίδιο Τεχνικού Μαγειρικής Τέχνης* (4η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Επτάλοφος.
2. Θεοδωρέλης, Χ. Δ. (2023). *Επιστήμη και Τεχνογνωσία στη Μαζική Εστίαση*. Θεσσαλονίκη: Ιδιωτική έκδοση.

Συμπληρωματικές

1. Παλησίδης, Γ. & Μπόσκου, Γ. (2012). *Νέα διατροφικά πρότυπα*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ.
2. Παλησίδης, Γ. & Μπόσκου, Γ. (2014). *Νέα διατροφικά & γαστρονομικά πρότυπα*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ. Ανακτήθηκε από:
https://imegsevee.gr/wp-content/uploads/2018/02/gastronomika_protypa.pdf

2.2.Γ • ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ II

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός της συγκεκριμένης μαθησιακής ενότητας είναι η εξοικείωση των εκπαιδευόμενων με τις βασικές λειτουργίες του ζαχαροπλαστείου, καθώς και με την παρασκευή

ζαχαροπλαστικών εδεσμάτων και επιδορπίων. Στην ενότητα αυτή, παρουσιάζονται τεχνικές επιμέρους συνθέσεων και σύνθετων παρασκευών. Αναλύονται οι απαραίτητες τεχνικές παρασκευής και επεξεργασίας διάφορων προϊόντων ζαχαροπλαστικής. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες διδάσκονται τεχνικές σύνθεσης και σχεδιασμού ζαχαροπλαστικών παρασκευών και εκπαιδεύονται στη διαχείριση δυσκολιών που ανακύπτουν κατά την εκτέλεση διαφόρων τεχνικών μέσα από τη μελέτη ενδεικτικών περιπτώσεων.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Αναγνωρίζουν τις βασικές μαρέγκες και biscuit (αλμυρά και γλυκά), καθώς και τις σύνθετες ζαχαροπλαστικές κρέμες που αποτελούν τη βάση για γλυκά και επιδόρπια,
- Χειρίζονται με ασφάλεια τον εξοπλισμό και τις συσκευές, σύμφωνα με συγκεκριμένες μεθόδους,
- Περιγράφουν τα παραδοσιακά και διεθνή εδέσματα, διαχωρίζοντάς τα με βάση τις συνθήκες παραγωγής και αποθήκευσής τους,
- Παρασκευάζουν βασικές σάλτσες επιδορπίων (ζεστές και κρύες), γλυκά ψυγείου και σοκολατάκια όλων των ειδών, σε ενδεικτικές συνταγές,
- Παρασκευάζουν ελληνικά παραδοσιακά γλυκά, γλυκά εποχής, σιροπιαστά, νηστίσιμα, vegan, lacto και gluten free γλυκά, καθώς και αντιπροσωπευτικά διεθνή επιδόρπια, σε ενδεικτικές συνταγές,
- Χειρίζονται τη σακούλα και την παλέτα ζαχαροπλαστικής, σε ενδεικτικές συνταγές,
- Παρασκευάζουν τούρτες και πάστες, με σύνθεση κρεμών, μειγμάτων και σαλτσών, σε ενδεικτικές συνταγές,
- Παρασκευάζουν προϊόντα παγωτού και επιδόρπια πιάτου, ζεστά και κρύα, σε ενδεικτικές συνταγές,
- Επιλέγουν τις βέλτιστες μεθόδους, παρασκευές και πρώτες ύλες, ώστε να είναι σε θέση να συνθέσουν ένα επιδόρπιο,
- Επιλύουν προβλήματα κατά την παραγωγή, την αποθήκευση και τη διάθεση των τελικών προϊόντων.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Επιχείρηση / Ειδικές εκδηλώσεις / Πρώτες ύλες / Τεχνικές ζαχαροπλαστικής / Διεθνή συνταγές / Γλυκά εστιατορίου / Γλυκά χωρίς ζάχαρη / Ζύμες χωρίς γλουτένη / Ελληνικό πρωινό.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (1), Εργαστήριο (2), Σύνολο (3).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΕΝΑΡΞΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ ΕΣΤΙΑΣΗΣ – ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟΥ
2	ΕΙΔΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΙ ΣΕΡΒΙΡΙΣΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟ
3	ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ ΣΤΗ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ
4	ΔΙΕΘΝΗ ΓΛΥΚΑ
5	ΓΛΥΚΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑ ΣΤΗ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ
6	ΣΙΡΟΠΙΑΣΤΑ, ΤΑΡΤΕΣ, ΠΡΩΙΝΑ ΚΑΙ BRUNCH
7	ΠΑΓΩΤΑ ΚΑΙ ΚΡΕΜΕΣ
8	ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΖΥΜΩΝ

Κείμενο αναφοράς

2.2.Γ.1 | ΕΝΑΡΞΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ ΕΣΤΙΑΣΗΣ – ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟΥ

Στην πρώτη μαθησιακή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εισάγονται στον κόσμο της οργάνωσης επιχειρήσεων και επικεντρώνονται στις βασικές έννοιες και λειτουργίες που διέπουν την επιστήμη της διοίκησης. Συγκεκριμένα, παρουσιάζονται οι εταιρικές μορφές βάσει της ελληνικής νομοθεσίας, στο πλαίσιο των οποίων οι εκπαιδευόμενοι/-ες μπορούν να δημιουργήσουν τη δική τους επιχείρηση. Παράλληλα, παρουσιάζονται και οι μορφές του Μη Κερδοσκοπικού Οργανισμού, του Κοινωνικού Συνεταιρισμού, καθώς και της Αστικής Μη Κερδοσκοπικής Επιχείρησης. Στη συνέχεια, παρουσιάζεται η οργανωτική δομή διαφόρων επιχειρήσεων που διαθέτουν τμήμα αρτοζαχαροπλαστικής, είτε ως αυτόνομες είτε ως επιμέρους τμήμα, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να προσδιορίσουν τον ρόλο και τις αρμοδιότητες κάθε επαγγελματία μέσα στο οργανόγραμμα. Οι επιχειρήσεις αυτές περιλαμβάνουν το ξενοδοχείο, το εστιατόριο, το μπιστρό, το κρουαζιερόπλοιο, την κοινωνική κουζίνα ενός φορέα, το αυτόνομο αρτοζαχαροπλαστείο ή το catering. Επιπλέον, αναλύονται οι λειτουργίες της Διοίκησης της επιχείρησης και προσδιορίζονται οι κύριοι πόροι: το ανθρώπινο δυναμικό, οι οικονομικοί πόροι, τα μηχανήματα, οι προμήθειες-υλικά, οι μέθοδοι και ο χρόνος, που αναφέρονται ως 6Μ. Έχοντας στη φαρέτρα της αυτούς τους πόρους, η επιχείρηση είναι ικανή να επιτυγχάνει στους τομείς του σχεδιασμού, της οργάνωσης και του ελέγχου. Τέλος, αναλύονται γραμμικές κατόψεις επιχειρήσεων που εμπεριέχουν το τμήμα παραγωγής, το σαλόνι, τον χώρο πωλήσεων, τις αποθήκες, τις τουαλέτες (προσωπικού, πελατών, ΑμεΑ και εμποδιζόμενων ατόμων) και ότι άλλο προβλέπεται από την ελληνική νομοθεσία, και οι εκπαιδευόμενοι/-ες ορίζουν τις λειτουργικές ροές και τα τμήματα παραγωγής.

2.2.Γ.2 | ΕΙΔΙΚΕΣ ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΡΟΠΟΙ ΣΕΡΒΙΡΙΣΜΑΤΟΣ ΣΤΟ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΟ

Η συγκεκριμένη μαθησιακή υποεπενότητα στοχεύει στην κατανόηση της διαδικασίας παραγωγής των εδεσμάτων. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με τους όρους “catering”, “buffet” και “service”, παρουσιάζοντας τα εδέσματα που παράχθηκαν στο εργαστήριο του ζαχαροπλαστείου. Στην ολοκλήρωση αυτής της μαθησιακής υποεπενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα μπορούν να ερμηνεύουν τις έννοιες των ειδικών εκδηλώσεων, όπως είναι η βάφτιση, ο γάμος, το μνημόσυνο, τα εγκαίνια, το πάρτι, το πολιτικό ή το επιχειρηματικό γεύμα, το private cheffing, οι πιατέλες συνοδευτικών αλλά και ειδικών σερβιρισμάτων, π.χ. ελληνικό πρωινό σε ξενοδοχείο, πρωινό room service, lunch basket. Επίσης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες περιγράφουν και εφαρμόζουν τεχνικές σερβιρίσματος για ειδικές εκδηλώσεις σε ξενοδοχείο, κρουαζιερόπλοιο και εστιατόριο. Συγκεκριμένα, εξοικειώνονται, μέσω επίδειξης από τον/την εκπαιδευτή/-τρια, με την κλασική μέθοδο à la carte σερβιρίσματος με τον βιεννέζικο, γαλλικό, ρωσικό και αγγλικό τρόπο. Κεντρικό μέρος καταλαμβάνουν οι υψηλού επιπέδου εκδηλώσεις που ονομάζονται gala. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναφέρουν τα γλυκά ή τα εδέσματα που περιλαμβάνει ένα gala μενού για μια χριστουγεννιάτικη και πρωτοχρονιάτικη γιορτή (réveillon), μια εθνική επέτειος με επίσημους προσκεκλημένους, ένα πάρτι VIP, αλλά και μια εκδήλωση για την προώθηση ενός ιδιαίτερου προϊόντος ή μιας σπουδαίας μάρκας. Συνοψίζοντας, στην υποεπενότητα αυτή, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν τις γνώσεις και τις δεξιότητες για τον σχεδιασμό εκδηλώσεων τύπου cocktail πολλών ατόμων, συνεκτιμώντας όλους τους παράγοντες που επηρεάζουν τη λήψη αποφάσεων. Με τον τρόπο αυτόν, εξοικειώνονται με τις προηγμένες τεχνικές και δημιουργικές διαδικασίες, αποκτώντας επαγγελματική εμπειρία.

2.2.Γ.3 | ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ ΣΤΗ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ

Εμβαθύνοντας στην ανάλυση των πρώτων υλών που παρουσιάστηκαν στο προηγούμενο εξάμηνο, οι εκπαιδευόμενοι/-ες, σε αυτή την υποεπενότητα, γνωρίζουν περισσότερα και πιο εξειδικευμένα υλικά που χρησιμοποιούνται στην παραδοσιακή και τη σύγχρονη αρτοζαχαροπλαστική. Για την καλύτερη εκμάθηση του διδακτικού αντικειμένου, προτείνονται επισκέψεις σε χώρους παραγωγής και πώλησης πρώτων υλών και προϊόντων αρτοζαχαροπλαστικής, καθώς και οργανοληπτικές δοκιμές. Οι πρώτες ύλες αναλύονται με βάση τις ιδιαιτερότητες επεξεργασίας και χρήσης τους στη ζαχαροπλαστική. Ορισμένες από τις βασικές πρώτες ύλες στη ζαχαροπλαστική είναι το μέλι, το γιαούρτι, το γάλα, η αγαύη, η στέβια, το βούτυρο, η μαργαρίνη, το ελαιόλαδο, καθώς και αλμυρά προϊόντα που χρησιμοποιούνται στο τμήμα της ζαχαροπλαστικής, όπως ελληνικά τυριά και αλλαντικά, ελιές, φρέσκα μυρωδικά, τα οποία εξετάζονται οργανοληπτικά μέσα από γευσιγνωσίες και εφαρμογές. Με τη ευκαιρία, αναφέρονται τα αλλεργιογόνα προϊόντα και αναπτύσσεται η μεθοδολογία επισήμανσής τους στις συνταγές τους. Επιπλέον, οι εκπαιδευόμενοι/-ες ταξινομούν τα διάφορα είδη μπαχαρικών και ριζών (φρέσκο τζίντζερ, φρέσκο κουρκουμά κ.λπ.), αβγών, με-

λιού που συναντούν στο εμπόριο. Ταυτόχρονα, μελετούν και παρουσιάζουν προϊόντα υψηλής ζήτησης ή πρώτες ύλες διεθνώς αναγνωρισμένα, καθώς και άλλα που είναι συνδεδεμένα με την παράδοση ή τον τόπο μας, όπως είναι η μαστίχα Χίου, ο κρόκος Κοζάνης, οι ελιές Χαλκιδικής, το μέλι Ερείκης, η σταφίδα Κορίνθου, το ελαιόλαδο Σητείας, τα ροδάκινα Νάουσας, τα κεράσια Έδεσσας, τα λουκούμια Κομοτηνής, ο ακανές Σερρών, το ούζο, το τσίπουρο, τα γλυκά κρασιά κ.ά. Ταυτόχρονα, κρίνεται απαραίτητη η επεξήγηση των συνθηκών εφαρμογής τους, καθώς και η σαφής καθοδήγηση για την ορθή χρήση τους σύμφωνα με τη συνταγή και τις οδηγίες του προϊόντος.

2.2.Γ.4 | ΔΙΕΘΝΗ ΓΛΥΚΑ

Στη συγκεκριμένη μαθησιακή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται επιπλέον με την παρουσίαση διεθνών παρασκευών γλυκών και ζυμών (baguette, croissant, cannoli κ.ά.), γιατί η εφαρμογή των θεωρητικών γνώσεων στην πράξη αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της εκπαίδευσης στον τομέα του επισιτισμού. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναπτύσσουν ικανότητες στη διαχείριση των πρώτων υλών, την οργάνωση του χώρου εργασίας και την προεργασία για τη σύνθεση του γλυκού. Για τον σκοπό αυτόν, συνιστάται, αρχικά, η επανάληψη της παρασκευής από τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες των γνωστών συνταγών για γλυκά και ζύμες, καθώς και των γλυκών πιάτου που παρουσιάζονται σε μπιστρό. Οι τεχνικές των διεθνών γλυκών και ζυμών που ακολουθούν οι εκπαιδευόμενοι/-ες είναι συχνά διαφορετικές από τις ελληνικές παραδοσιακές, συνήθως, τεχνικές. Μετά την ολοκλήρωση των διεθνών παρασκευών και ζυμών, προτείνεται η παρουσίασή τους σε κοινό, είτε σε εκπαιδευόμενους/-ες άλλου τμήματος είτε σε επαγγελματίας της εστίασης, με σκοπό την αυτοαξιολόγηση. Επίσης, προτείνεται να υπογραμμιστεί στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες ότι η παρουσίαση μιας παρασκευής στον πελάτη είναι σημαντική διαδικασία, κατά την οποία αναδεικνύονται τα υλικά και οι τεχνικές της συνταγής, με στόχο να κερδίσουν την εμπιστοσύνη του καταναλωτή με τον επαγγελματισμό τους. Ως εκ τούτου, μέσω του εμπλουτισμού των γνώσεων τους με διεθνείς συνταγές, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καθίστανται αποτελεσματικότεροι/-ες, εφαρμόζοντας σύνθετες τεχνικές και μεθόδους.

2.2.Γ.5 | ΓΛΥΚΑ ΕΙΔΙΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΑΙ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑ ΣΤΗ ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ

Στην υποενότητα αυτή, οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενημερώνονται για τις τάσεις στον τομέα της διατροφής σε συνδυασμό με τη γαστρονομία, η οποία αποτελεί πολιτισμικό στοιχείο της παράδοσης και της επιστήμης. Πιο συγκεκριμένα, γίνεται μικρή ιστορική αναδρομή στη Μεσογειακή Διατροφή, από τη μελέτη των Επτά Χωρών (Seven Countries Study) μέχρι τη δημιουργία της Πυραμίδας της Μεσογειακής Διατροφής, την αναγνώριση της ως μέρος της Άυλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς της Ανθρωπότητας και του Διατροφικού Πιάτου (Eatwell Plate). Η επαφή των εκπαιδευομένων με τα γλυκά ειδικής διατροφής είναι σημαντική, και γι' αυτόν τον λόγο προτείνεται η επίσκεψη σε μονάδες παραγωγής ειδικών ζυμών και γλυκών, όπως προϊόντων χωρίς γλουτένη, χωρίς ζάχαρη,

χωρίς αβγά, χωρίς αλεύρι. Στη συνέχεια, εξετάζονται οι διατροφικές επιλογές που καθορίζουν τη σύσταση των γλυκών και των ζυμών, και αναλύεται πώς η χρήση βουτύρου ή ζάχαρης στα γλυκά την επηρεάζει. Ταυτόχρονα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μελετούν τους εθνικούς διατροφικούς οδηγούς για να κατανοήσουν τις θρεπτικές ανάγκες αλλά και τους διατροφικούς περιορισμούς. Στη συνέχεια, καταγράφουν όλα τα αλλεργιογόνα που χρησιμοποιούν στην παρασκευή των γλυκών τους όπως ορίζει η κείμενη νομοθεσία. Τέλος, σε αυτή την ενότητα, πραγματοποιείται σύνδεση της διατροφής με τον όρο γαστρονομία, ο οποίος εμπεριέχει την επιλογή των υλικών, την παρασκευή και το σερβίρισμα της τροφής.

2.2.Γ.6 | ΣΙΡΟΠΙΑΣΤΑ, ΤΑΡΤΕΣ, ΠΡΩΙΝΑ ΚΑΙ BRUNCH

Αφού οι εκπαιδευόμενοι/-ες έχουν διδαχθεί όλα όσα πρέπει να γνωρίζουν για τα βασικά γλυκά, στην υποενότητα αυτή εξοικειώνεται με πιο σύνθετα γλυκά και προϊόντα ζύμης που περιλαμβάνονται στα πρωινά σε ζαχαροπλαστείο, σε μπιστρό και σε ξενοδοχείο. Είναι σημαντικό για τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες να έρθουν σε επαφή με επιχειρήσεις που πρεσβεύουν τις αρχές και τις αξίες της ζαχαροπλαστικής. Η αλληλεπίδραση με τους/τις επαγγελματίες θα τους βοηθήσει να προσδιορίσουν με ακρίβεια τις προδιαγραφές και τις βέλτιστες πρακτικές που απαιτούνται για τη βιώσιμη ανάπτυξη και την ορθολογική οικονομική διαχείριση. Επίσης, καταμετρούν και αξιολογούν τις πρακτικές που πραγματοποιούν οι επιχειρήσεις αυτές, ώστε να τις ενσωματώσουν στο εργαστήριό τους, βελτιώνοντας έτσι τις δεξιότητές τους. Στη συνέχεια, οι εκπαιδευόμενοι/-ες απαριθμούν τα σιροπιαστά γλυκά και τα καταγράφουν για να τα δημιουργήσουν στο εργαστήριο. Στο πλαίσιο του σχεδιασμού μιας ειδικής εκδήλωσης, προσδιορίζουν τις πρώτες ύλες για τη δημιουργία και την παρουσίαση μιας σειράς από τάρτες και πρωινά, αλμυρά και γλυκά, ελληνικά και διεθνή, όπως μπουρέκια, κουρού, μπουγάτσα, πίτα, κιχί, κροκ μεσιέ, αβγά benedict, αβγά καγιανά, πάνκεϊκ, κρέπες κ.ά. Είναι πολύ σημαντικό να μελετηθεί από ομάδες εργασίες και να παρουσιαστεί ένα brunch βασισμένο στην παράδοση και στα τοπικά προϊόντα, αλλά και σε διεθνείς παρασκευές, που αρέσει στους πελάτες και αποτελεί κριτήριο ποιότητας για τις διεθνείς αλυσίδες ξενοδοχείων και κρουαζιερόπλοιων. Ολοκληρώνοντας την υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να παρασκευάζουν όλα τα σιροπιαστά, τάρτες και πίτες.

2.2.Γ.7 | ΠΑΓΩΤΑ ΚΑΙ ΚΡΕΜΕΣ

Στην υποενότητα αυτή, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εμβαθύνουν στις μεθόδους παραγωγής παγωτών και κρεμών σύμφωνα με τις σύγχρονες τάσεις της ζαχαροπλαστικής, οι οποίες προκρίνουν πλέον τα τοπικά και εποχικά προϊόντα. Αρχικά, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καταγράφουν όλες τις κρέμες και γεύσεις παγωτών που εμφανίζονται στη βιβλιογραφία και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης των γνωστών ζαχαροπλαστείων. Τα γλυκά που παρουσιάζονται βασίζονται σε πρώτες ύλες του τόπου, επιλεγμένα συχνά από μικρές φάρμες της περιοχής, και συνδυάζουν αρκετές τεχνικές το καθένα.

Στο εργαστήριο, οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν παραδοσιακές κρέμες όπως ρυζόγαλο, κρέμα βανίλια, καζάν ντιπί. Η επαφή τους με τα γλυκά που έχουν ως βάση το γάλα, τα φυτικά γάλατα και τους χυμούς φρούτων είναι ιδιαίτερα σημαντική, γι' αυτόν τον λόγο και προτείνεται η επίσκεψή τους σε μονάδες παραγωγής πρώτων υλών. Συνεχίζοντας την ενότητα, παρουσιάζονται οι διατροφικές επιλογές που καθορίζουν τη σύσταση αυτών των γλυκών και αναλύεται πώς η χρήση γλυκαντικών υλών και, πιο συχνά, πουρέ φρούτων την επηρεάζει. Ταυτόχρονα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καταγράφουν όλες τις εργασίες που απαιτούνται για την Παρασκευή μιας συνταγής βάσει του οργανωμένου πλάνου λειτουργίας του τμήματος ή της επιχείρησης παραγωγής. Επιπλέον, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μελετούν συνταγές γνωστών καταστημάτων παγωτού, καθώς και παρουσιάσεις κλαδικών εκθέσεων και καταγράφουν τις νέες γεύσεις που προτείνουν οι επαγγελματίες ζαχαροπλάστες/-ισσες. Τέλος, σε αυτή την ενότητα, τα παγωτά και οι κρέμες συνδυάζονται με άλλα γλυκά για τη δημιουργία επιδορπίων εστιατορίου, με εκτενή αναφορά σε αυτά.

2.2.Γ.8 | ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΖΥΜΩΝ

Η παρούσα μαθησιακή υποενότητα αποτελεί ουσιαστικό κομμάτι της κατάρτισης στην αρτοζαχαροπλαστική τέχνη, γιατί εστιάζεται στην κατανόηση των συνταγών αρτοποιίας με βάση το κλασικό αλεύρι ή άλλα σιτηρά. Είναι σημαντικό οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εντρυφήσουν στην ορολογία της αρτοζαχαροπλαστικής τέχνης μέσα από τις συνταγές που μελετούν και να συζητήσουν τη σύνδεσή τους με τη μαγειρική τέχνη. Προτείνονται ανάλογες επισκέψεις, όπως σε μονάδα παραγωγής ψωμιού, σε αρτοζαχαροπλαστείο ή ακόμη και σε εστιατόριο που παράγει ημερησίως χειροποίητο ψωμί. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εφαρμόζουν τις γνώσεις τους στην αρτοζαχαροπλαστική, χρησιμοποιούν τον ειδικό εξοπλισμό και τις ειδικές εγκαταστάσεις και περιγράφουν τη συνταγή με μεθοδικό τρόπο. Αναφέρουν τις κατηγορίες των βασικών συστατικών της ζύμης, που είναι το αλεύρι, τα σιτηρά, το βούτυρο, το αβγό, η μαγιά, το ελαιόλαδο, και προσδιορίζουν τα τεχνικά χαρακτηριστικά τους. Παράλληλα, δημιουργούν γνωστές ζύμες και με άλευρα χωρίς γλουτένη, εφαρμόζοντας συνταγές στο εργαστήριο, ακόμη και με φυσικά προζύμια. Αναπτύσσουν ικανότητες ανάλυσης συνταγών και μελετούν γνωστά παρασκευάσματα της ζαχαροπλαστικής που βασίζονται σε ζύμες, όπως τα κουλουράκια, οι πίτες, η πίτσα, το πείνιρλί, το σταφιδόψωμο, το κουλούρι, οι λουκουμάδες, οι δίπλες, οι λααγγίτες, το σαρανλί, οι τουλούμπες, τα κουρκουμπίνια, το ρεβανί Βέροιας, η σοκολατόπιτα, η καρυδόπιτα, η πορτοκαλόπιτα, η τριφτή βασιλόπιτα, ο μπακλαβάς και ό,τι άλλο σχετίζεται με πρωινό ή brunch. Ταυτόχρονα, παρουσιάζονται ζύμες που μπορούν να υλοποιηθούν σε εστιατόρια, όπως ψωμιά αργής ωρίμανσης, τραγανά κριτσίνια, ζυμάρια για πίτες, τυρόψωμο, ελιόψωμο, ζυμάρια συνδεδεμένα με θρησκευτικά και κοινωνικά γεγονότα. Ολοκληρώνοντας τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να δημιουργήσουν ένα πρωινό σύμφωνα με τις προδιαγραφές του ελληνικού πρωινού σε δίσκο room service.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Χολέβας, Κ. & Ψιλόπουλος, Χ. (2024). *Ζαχαροπλαστική εξέλιξη*. Αθήνα: Le Monde/Les Livres du Tourisme.
2. Βουρίκης, Ν., Χολέβας, Κ. & Ψιλόπουλος, Χ. (2012). *Ζαχαρομαγειρέματα*. Αθήνα: Le Monde/Les Livres du Tourisme.

Συμπληρωματικές

1. Βέργαδος, Χ. (2017). *Σχολείο ζαχαροπλαστικής. Γιατί τελικά τα γλυκά... είναι εύκολα!* Αθήνα: Εκδόσεις Διόπτρα.
2. Αναστασιάδου-Λεβή, Β. (1997). *Τετράδιον ζαχαροπλαστικής*. Θεσσαλονίκη: Ιδιωτική έκδοση.
3. Πετρετζίκη, Α. (2017). *Piece of cake. Οι 120 καλύτερες συνταγές για κέικ από τον Άκη Πετρετζίκη*. Αθήνα. Εκδόσεις Ψυχογιός.

2.2.Δ • ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι να φέρει σε επαφή τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες με τις βασικές έννοιες των αρχών διατροφής, βάσει των νέων τάσεων και αναγκών. Ειδικότερα, αναλύονται η προέλευση, η εξέλιξη και η σημασία καθεμίας από τις κυριότερες δίαιτες. Περιγράφονται τα κριτήρια επιλογής των πρώτων υλών βάσει της σύστασής τους και η συσχέτιση της δομής τους με το επιδιωκόμενο τελικό αποτέλεσμα ενός εδέσματος. Επιπλέον, παρουσιάζονται αντιπροσωπευτικά τρόφιμα μέσα από τις διατροφικές ανάγκες ειδικών ομάδων καταναλωτών, όπως είναι τα παιδιά, οι έγγυοι, οι υπερήλικοι, οι διαβητικοί, οι υπερτασικοί κ.ά. Τέλος, ερμηνεύονται η διατροφική ετικέτα και η συνταγή βάσει των θερμίδων και των θρεπτικών συστατικών τους.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Ορίζουν τη διατροφή ως προς τις φάσεις της (πρόσληψη, πέψη, απορρόφηση),
- Εντοπίζουν τις διαιτητικές ανάγκες (ενεργειακές, δομικές, λειτουργικές),
- Αναγνωρίζουν τις διατροφικές συνήθειες των λαών βάσει θρησκευτικών πεποιθήσεων,
- Αναφέρουν τις θερμίδες και τα θρεπτικά συστατικά τροφίμων (πρωτεΐνες, υδατάνθρακες, λίπη-έλαια, ανόργανα συστατικά, βιταμίνες),
- Ταυτοποιούν τα θρεπτικά συστατικά των τροφίμων ανά ομάδες τροφίμων,
- Αντιλαμβάνονται τη δομή της διατροφικής πυραμίδας και του διατροφικού πιάτου,

- Υπολογίζουν τη διατροφική αξία των συνταγών και των συνθέσεων γευμάτων,
- Επανασχεδιάζουν συνταγές και συνθέσεις εδεσμάτων με ορθότερες διατροφικές αξίες,
- Καθορίζουν τα διατροφικά στοιχεία που θα συμπεριλαμβάνονται στη διατροφική ενημέρωση του πελάτη μέσα από το μενού.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Διατροφή / Θερμίδες / Θρεπτικά συστατικά / Ομάδες τροφίμων /

Διατροφική πυραμίδα / Διατροφική ετικέτα / Διατροφική αξία /

Συνταγή / Ισοδύναμα τροφίμων.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο (2)

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΔΙΑΤΡΟΦΗ, ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ
2	ΟΜΑΔΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΘΡΕΠΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ
3	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΟ ΠΙΑΤΟ
4	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΤΩΝ ΛΑΩΝ
5	ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ
6	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΣΥΝΤΑΓΩΝ ΚΑΙ ΜΕΝΟΥ
7	ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΕΤΙΚΕΤΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΠΕΛΑΤΩΝ

Κείμενο αναφοράς

2.2.Δ.1 | ΔΙΑΤΡΟΦΗ, ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΔΙΑΙΤΗΤΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ

Στην πρώτη υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα έρθουν σε επαφή με τη διατροφή, μια επιστήμη που εξελίσσεται συνεχώς και ασχολείται με τα τρόφιμα, τη διαχείρισή τους, τη θρεπτική τους αξία και την επίδρασή τους στην υγεία. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα μάθουν γιατί ο άνθρωπος χρειάζεται ενέργεια, πόση ενέργεια χρειάζεται τελικά, από τι επηρεάζεται η ποσότητα της τροφής που καταναλώνει καθημερινά και τι συμβαίνει όταν προσλαμβάνει περισσότερη τροφή από αυτή που του είναι απαραίτητη, μεταξύ άλλων. Το πεπτικό σύστημα του ανθρώπου και η πορεία που ακολουθεί η τροφή στο ανθρώπινο σώμα κρίνεται σημαντική να διδαχθεί μέσω εικόνων και παραδειγμάτων για την καλύτερη κατανόηση από τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες. Πιο αναλυτικά, μέρος της υποενότητας αυτής θα αποτελέσουν η κατανάλωση, η διάσπαση, η απορρόφηση και η αποβολή ουσιών, με αναλυτική αναφορά όλων των σταδίων.

Η αναφορά στον βασικό μεταβολικό ρυθμό, δηλαδή την ενέργεια (θερμίδες) που χρειάζεται ο οργανισμός για να πραγματοποιήσει τις βασικές λειτουργίες του σώματος σε συνθήκες ηρεμίας, τους παράγοντες από τους οποίους επηρεάζεται, καθώς και τι συμβαίνει όταν κάποιος καταναλώνει περισσότερες ή λιγότερες από τις θερμίδες που πρέπει αποτελούν κομμάτι αυτής της υποενότητας. Στο τέλος αυτής της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα μπορούν να εξηγήσουν με παραδείγματα όσα διδάχθηκαν.

2.2.Δ.2 | ΟΜΑΔΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΚΑΙ ΘΡΕΠΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

Στη συνέχεια, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα έρθουν σε επαφή με όλες τις ομάδες τροφίμων, που είναι οι εξής: α) λαχανικά, β) φρούτα, γ) δημητριακά (ψωμί, ρύζι, ζυμαρικά) και πατάτες, δ) γάλα και γαλακτοκομικά προϊόντα, ε) όσπρια, στ) κόκκινο κρέας, ζ) λευκό κρέας, η) αβγά, θ) ψάρια και θαλασσινά, και ι) προστιθέμενα λίπη και έλαια, ελιές και ξηροί καρποί. Κρίνεται σημαντικό να δουν παραδείγματα από όλες τις ομάδες τροφίμων μέσω της χρήσης οπτικοακουστικού υλικού, όπως επίσης και να γίνει αναφορά σε πιθανά μέρη όπου θα συναντήσουν το κάθε τρόφιμο στον χώρο εργασίας τους. Στη συνέχεια, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα γνωρίσουν τα μακροθρεπτικά συστατικά και θα τα αντιστοιχίσουν με τις ομάδες τροφίμων που διδάχθηκαν, όπως επίσης θα μάθουν και τις κύριες πηγές των μικροθρεπτικών συστατικών. Πιο συγκεκριμένα, θα γνωρίσουν ότι τα μακροθρεπτικά συστατικά αποτελούνται από τους υδατάνθρακες, τις πρωτεΐνες, τα λίπη και το νερό, ενώ τα μικροθρεπτικά συστατικά αποτελούνται από τις βιταμίνες (λιποδιαλυτές και υδατοδιαλυτές) και τα ανόργανα στοιχεία. Συνεχίζοντας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα διδαχθούν ποιες είναι οι κύριες λειτουργίες των θρεπτικών συστατικών και θα είναι σε θέση να τις διακρίνουν μεταξύ τους χρησιμοποιώντας παραδείγματα, κυρίως, αυτών που θα συναντήσουν στις επισιτιστικές επιχειρήσεις, στις επιχειρήσεις παροχής υπηρεσιών συστηματοποιημένου επισιτισμού ή σε οποιονδήποτε άλλο χώρο θα κληθούν να δουλέψουν. Τέλος, με τη χρήση παραδειγμάτων από τις αντίστοιχες επιχειρήσεις θα μάθουν πώς αλλοιώνονται τα θρεπτικά συστατικά των τροφίμων, είτε εξαιτίας λανθασμένης αποθήκευσης ή/και λανθασμένου χειρισμού κατά το μαγείρεμα, και πώς αυτό μπορεί να επηρεάσει το τελικό παραγόμενο προϊόν.

2.2.Δ.3 | ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΟ ΠΙΑΤΟ

Σε αυτή την υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες, μέσω φωτογραφιών της πυραμίδας της Μεσογειακής Διατροφής, θα κατανοήσουν την ερμηνεία της, καθώς η πυραμίδα της Μεσογειακής Διατροφής αποτελεί ένα σχηματικό πρότυπο απεικόνισης των συστάσεων και των οδηγιών για υγιεινή και ισορροπημένη διατροφή. Χωρίζεται σε 3 επίπεδα, τα οποία υποδεικνύουν ποια τρόφιμα και σε τι ποσότητα συστήνεται να καταναλώνονται καθημερινά, εβδομαδιαία και μηνιαία. Η βάση της αναφέρεται σε τρόφιμα που πρέπει να καταναλώνονται καθημερινά (π.χ. φρούτα, λαχανικά, ελαιόλαδο κ.ά.), ενώ η κορυφή της σε τρόφιμα που πρέπει να καταναλώνονται σπά-

νια (π.χ. κόκκινο κρέας), με όλα τα υπόλοιπα τρόφιμα να βρίσκονται στις ενδιάμεσες θέσεις (ψάρια, πουλερικά, πατάτες, αβγά κ.ά.). Ακόμα, ένας τρόπος απεικόνισης της υγιεινής διατροφής είναι το Διατροφικό Πιάτο ή αλλιώς πιάτο της υγιεινής διατροφής, το οποίο αποτελεί έναν οδηγό δημιουργίας τόσο υγιεινών όσο και ισορροπημένων γευμάτων. Το Διατροφικό Πιάτο χωρίζεται σε 3 μέρη, το 50% του πιάτου αφορά τα φρούτα και τα λαχανικά σε οποιαδήποτε μορφή, το 25% τις πρωτεΐνες (κρέας, κοτόπουλο, ψάρι, όσπρια, γαλακτοκομικά, ξηρούς καρπούς) και το υπόλοιπο 25% τους σύνθετους υδατάνθρακες (δημητριακά και ζυμαρικά ολικής, καστανό ρύζι, πατάτες, καλαμπόκι). Προτείνεται η χρήση της εικόνας ενός υγιεινού πιάτου και η ταυτόχρονη συμμετοχή των εκπαιδευομένων, οι οποίοι θα αναφέρουν τις καθημερινές διατροφικές τους συνήθειες, ώστε να διαπιστώσουν αν εναρμονίζονται με τις οδηγίες του Διατροφικού Πιάτου ή θα προτείνουν αλλαγές για να τις πλησιάσουν. Η δράση αυτή δύναται να πραγματοποιηθεί ατομικά ή ομαδικά.

2.2.Δ.4 | ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΣΥΝΗΘΕΙΕΣ ΤΩΝ ΛΑΩΝ

Στις προηγούμενες υποενότητες, οι εκπαιδευόμενοι/-ες έμαθαν για τις διατροφικές συνήθειες του ελληνικού πληθυσμού. Οι διατροφικές συνήθειες των πληθυσμών ποικίλλουν και αλλάζουν με την πορεία των χρόνων και ο κάθε πληθυσμός έχει τη δική του ιδιαίτερη κουζίνα. Πολλοί παράγοντες καθορίζουν τις διατροφικές επιλογές του ανθρώπου, όπως η διαθεσιμότητα των τροφίμων, οι τάσεις της εποχής, κοινωνικοί και οικονομικοί παράγοντες, το μορφωτικό επίπεδο, η θρησκεία, καθώς και ορισμένα θέματα υγείας. Μέσω παραδειγμάτων από διάφορες χώρες, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα αντιληφθούν τη διαφορετικότητα στη διατροφή τους. Για παράδειγμα, οι Κινέζοι και οι Ιάπωνες γνωρίζουμε ότι καταναλώνουν όλα τα τρόφιμα με έμφαση σε υδατάνθρακες, όπως είναι το ρύζι και τα ζυμαρικά, τα οποία συνοδεύουν κυρίως με λαχανικά, καθώς επίσης ότι, πέρα από τις γνωστές πηγές πρωτεΐνης, τρώνε και διάφορα άλλα είδη (ανάλογα με την περιοχή και το βιοτικό τους επίπεδο). Άλλο χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελεί η διατροφή σε χώρες όπως η Γερμανία και η Αυστρία, στις οποίες πέρα από την υψηλή κατανάλωση σε αλάτι και παστά τρόφιμα, παρατηρείται υψηλή κατανάλωση σε τρόφιμα ζωικής προέλευσης, όπως λουκάνικα και σαλάμια, και μειωμένη κατανάλωση φρέσκων φρούτων, καθώς αυτά προτιμώνται σε μορφή μαρμελάδας, κομπόστας ή/και ζελέ. Κλείνοντας, η αναφορά στις διατροφικές συνήθειες των λαών, μέσα από τα αντίστοιχα διατροφικά τους πιάτα, θα βοηθήσει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες να αντιληφθούν τις διατροφικές συνήθειες των περισσότερων λαών.

2.2.Δ.5 | ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

Καθώς οι εκπαιδευόμενοι/-ες έχουν διδαχθεί όλα όσα πρέπει να γνωρίζουν για τις θερμίδες και αναλυτικά τα μικρο- και μακρο- θρεπτικά συστατικά που πρέπει να προσλάβει ο υγιής άνθρωπος, θα έρθουν στη συνέχεια σε επαφή με τις κατευθυντήριες διατροφικές οδηγίες που υπάρχουν για τον ελληνικό πληθυσμό. Οι εθνικοί διατροφικοί

οδηγοί που υπάρχουν χωρίζονται σε τέσσερις κατηγορίες: 1) για ενήλικες, 2) για βρέφη, παιδιά και εφήβους, 3) για γυναίκες, εγκύους και θηλάζουσες, και 4) για άτομα ηλικίας 65 ετών και άνω. Μέσα από την επαφή με τους οδηγούς θα μάθουν ξεχωριστά για όλες τις ομάδες τροφίμων ποια είναι η σύσταση για τον κάθε πληθυσμό, όπως και αντίστοιχες συμβουλές για την κατανάλωση αυτών. Για την εμπέδωση των διατροφικών συστάσεων μπορούν να συζητήσουν παραδείγματα προϊόντων που ήδη υπάρχουν σε επισιτιστικές επιχειρήσεις και πως αυτά μπορούν να τροποποιηθούν ή/και να προτείνουν νέες ιδέες προϊόντων για να καλύπτουν τις διατροφικές συστάσεις. Στη συνέχεια, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα ενημερωθούν για κάποιες παθήσεις και πως επηρεάζονται οι διατροφικές συστάσεις από αυτές. Για παράδειγμα, αν ένα άτομο έχει δυσανεξία ή αλλεργία στη λακτόζη θα πρέπει να δοθούν οι εναλλακτικές ως προς τη χρήση γάλακτος και γαλακτοκομικών προϊόντων για τις συνταγές που θα κληθούν να μαγειρέψουν, ή σε περιπτώσεις δυσανεξίας ή αλλεργίας στη γλουτένη θα πρέπει να γνωρίσουν τις ενναλακτικές για τα άλευρα που θα χρησιμοποιήσουν στις συνταγές τους.

2.2.Δ.6 | ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΑΝΑΛΥΣΗ ΣΥΝΤΑΓΩΝ ΚΑΙ ΜΕΝΟΥ

Σε αυτή την υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα έρθουν σε επαφή με το εδεσματολόγιο (μενού) μίας επισιτιστικής επιχείρησης. Το μενού φανερώνει στον καταναλωτή το σύνολο των αγαθών που προσφέρει ένα εστιατόριο και τα φαγητά που απαρτίζουν ένα πλήρες γεύμα. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες πρέπει να γνωρίζουν ότι έχουν τη δυνατότητα να συνθέτουν και διαφορετικά μενού, γιατί, ανάλογα με την εποχή, υπάρχουν παραδοσιακές γιορτές ή/και νηστείες που ακολουθούν κάποια άτομα, τα εποχικά υλικά είναι πιο εύγεστα και υγιεινά, η πρώτη ύλη πιο φθηνή, ενώ η ανανέωση του μενού προσελκύει περισσότερες πελάτες. Έτσι, μέσω παραδειγμάτων, μπορούν να σχεδιάσουν διαφορετικά μενού για: α) τις τέσσερις εποχές, β) συγκεκριμένες περιοχές της Ελλάδας και γ) ομάδες ατόμων που ακολουθούν συγκεκριμένη διατροφή, όπως χορτοφαγία. Στη συνέχεια, μπορούν να κάνουν μία απλή διατροφική ανάλυση με αναφορά στις κύριες ομάδες τροφίμων που έχουν ήδη διδαχθεί. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες, επίσης, έχουν τη δυνατότητα να χρησιμοποιήσουν το Διαδίκτυο και να γνωρίσουν κάποιο δωρεάν online λογισμικό, ώστε να πραγματοποιήσουν διατροφική ανάλυση συνταγών ή/και μενού και να δημιουργήσουν διατροφικές ετικέτες για τα τελικά τους προϊόντα, να έρθουν σε επαφή με κάποια αξιόπιστη βάση δεδομένων ελληνικών προϊόντων και συνταγών και να μάθουν πώς να τη χρησιμοποιούν. Επίσης, μπορούν να χρησιμοποιηθούν και παραδείγματα για άτομα που ακολουθούν είτε τη Μεσογειακή διατροφή, είτε τη φυτοφαγική, είτε έχουν κάποια αλλεργία στο γάλα, μεταξύ άλλων.

2.2.Δ.7 | ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΕΤΙΚΕΤΑ ΚΑΙ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΠΕΛΑΤΩΝ

Σε αυτή την υποενότητα, θα γίνει αναφορά στην επισήμανση των τροφίμων και στη διατροφική ετικέτα. Σε ό,τι αφορά την επισήμανση, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα μάθουν για τις ενδείξεις, τα εμπορικά και τα βιομηχανικά σήματα, τις εικόνες ή/και τα σύμ-

βολα που αναγράφονται σε κάθε συσκευασία. Επίσης, θα μάθουν πώς θα πρέπει να εντοπίζουν και να διαβάζουν συγκεκριμένες πληροφορίες, όπως την ονομασία του τροφίμου, τον κατάλογο των συστατικών, την καθαρή ποσότητα των προσυσκευασμένων τροφίμων, την ημερομηνία ελάχιστης διατηρησιμότητας και την τελική ημερομηνία ανάλωσης, τις ιδιαίτερες συνθήκες διατήρησης και χρήσης, τα στοιχεία του παρασκευαστή, όπως είναι η επωνυμία και η διεύθυνση, τον τόπο καταγωγής ή προέλευσης, καθώς και τις οδηγίες χρήσης σε περίπτωση που η παράλειψή τους θα καθιστούσε αδύνατη τη σωστή χρήση ή/και θα οδηγούσε σε αλλοίωση του προϊόντος. Επιπλέον, σκόπιμη κρίνεται και η αναφορά και επεξήγηση των προσθέτων τροφίμων, γιατί επηρεάζουν την υγεία και την ασφάλεια των εκπαιδευομένων και των καταναλωτών. Ακολούθως, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα πρέπει να είναι σε θέση να διαβάζουν και την επισήμανση των διατροφικών ιδιοτήτων, δηλαδή την ενεργειακή αξία και τα μακρο- και μικρο- θρεπτικά συστατικά (πρωτεΐνες, υδατάνθρακες, λιπαρά, φυτικές ίνες, βιταμίνες και ανόργανα συστατικά). Παραδείγματα από προϊόντα που χρησιμοποιούνται σε επισιτιστικές επιχειρήσεις που θα δουλέψουν είναι χρήσιμα για την κατανόηση των στοιχείων που πρέπει να προσέχουν. Επίσης, προτείνεται, μέσω παραδειγμάτων, να επισημάνουν οι ίδιοι/-ες τα στοιχεία που θα δήλωναν σε μία αντίστοιχη επιγραφή ενός προϊόντος που πωλείται σε κάποιον από τους χώρους όπου θα κληθούν να εργαστούν.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Παλησίδης, Γ. & Μπόσκου, Γ. (2012). *Νέα διατροφικά πρότυπα*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ.
2. Παλησίδης, Γ. & Μπόσκου, Γ. (2014). *Νέα διατροφικά & γαστρονομικά πρότυπα*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ. Ανακτήθηκε από:
https://imegsevee.gr/wp-content/uploads/2018/02/gastronomika_prototypa.pdf

Συμπληρωματικές

1. Ματάλα, Α.-Λ. (2015). *Διατροφή και πολιτισμός. Βιοπολιτισμικές προσεγγίσεις της επιλογής τροφής*. Αθήνα: ΚΑΛΛΙΠΟΣ. Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. Ανακτήθηκε από: <https://repository.kallipos.gr/handle/11419/3801>
2. Ματάλα, Α.-Λ. (2023). *Μεσογειακή δίαιτα. Το ελληνικό πρότυπο διατροφής*. Αθήνα: ΚΑΛΛΙΠΟΣ. Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. Ανακτήθηκε από: <https://repository.kallipos.gr/handle/11419/10571>

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι η εισαγωγή των εκπαιδευομένων στις βασικές αρχές και λειτουργίες του Τμήματος Προμηθειών μιας επισιτιστικής επιχείρησης, καθώς και στους κανόνες που το διέπουν. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν γνώσεις για βασικές διαδικασίες, όπως είναι η οργάνωση του Τμήματος Προμηθειών, ο σχεδιασμός λειτουργιών και μεθόδων διαχείρισης εμπορευμάτων, οι τεχνικές αξιολόγησης προμηθευτών, οι λειτουργίες παραλαβών και αποθήκευσης, η διαχείριση αποθεμάτων, η διενέργεια απογραφών, ο έλεγχος των διαδικασιών και η επίλυση ζητημάτων που αφορούν τον εσωτερικό έλεγχο, οι οποίες είναι απαραίτητες για έναν/μία επαγγελματία μάγειρα.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Σχεδιάζουν τη λειτουργία του Τμήματος Προμηθειών, σε συνεργασία με τους υπόλοιπους τμηματάρχες της επισιτιστικής επιχείρησης,
- Ελέγχουν την επάρκεια των κατάλληλων πρώτων υλών για την παρασκευή των εδεσμάτων, σε συνεργασία με τον/την υπεύθυνο/-η τροφοδοσίας και τον/την ιδιοκτήτη/-τρια ή διευθυντή/-τρια της επισιτιστικής μονάδας,
- Οργανώνουν την προμήθεια των απαραίτητων σε ποσότητα και των κατάλληλων σε ποιότητα πρώτων υλών,
- Παραγγέλλουν τις πρώτες ύλες στους προμηθευτές προγραμματίζοντας βάσει ενδεδειγμένων κριτηρίων το χρονικό διάστημα παραλαβής τους,
- Παραλαμβάνουν τις πρώτες ύλες και να ελέγχουν την ποιότητα και την ποσότητά τους σύμφωνα με τις παραγγελίες,
- Επιμελούνται την ασφαλή αποθήκευση των πρώτων υλών σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας,
- Διενεργούν φυσικές και λογιστικές απογραφές εμπορευμάτων, σε συνεργασία με τον/-ην υπεύθυνο/-ή τροφοδοσίας και να ελέγχουν τα εσωτερικά έγγραφα και τη χρησιμότητά τους σε σχέση με την ορθή οργάνωση των εσωτερικών διαδικασιών,
- Διαχειρίζονται το επιθυμητό ύψος αποθεμάτων, σε συνεργασία με τον/την υπεύθυνο/-η τροφοδοσίας της επιχείρησης,
- Σχεδιάζουν με αποτελεσματικό τρόπο τον διαχωρισμό υλικών και την ομαδοποίησή τους, το σημείο αναπαραγωγής εμπορευμάτων και τη βέλτιστη ποσότητα παραγωγής κάθε υλικού σύμφωνα με τους στόχους και κανόνες που έχει θέσει η διοίκηση της επισιτιστικής επιχείρησης,
- Επιλέγουν την πλέον ενδεδειγμένη και συμφέρουσα για την επιχείρηση μέθοδο προμηθειών, σε συνεργασία με τον/την υπεύθυνο/-η τροφοδοσίας.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Αποθήκευση / Παραλαβή / Διαχείριση αποθεμάτων / Απογραφή / Αξιολόγηση προμηθευτών / Δελτίο παραλαβής / Δελτίο αποθήκευσης / Πρότυπη συνταγή / Πρότυπη μερίδα / Προδιαγραφές προϊόντων.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο (2).

Διάρθρωση των μαθησιακών εννοιών σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΠΡΟΜΗΘΕΙΩΝ
2	ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ ΚΑΙ ΜΕΘΟΔΩΝ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΠΡΟΜΗΘΕΙΩΝ
3	ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΩΝ
4	ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΑΡΑΛΑΒΩΝ
5	ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΠΟΘΕΜΑΤΩΝ
6	ΔΙΕΝΕΡΓΕΙΑ ΑΠΟΓΡΑΦΩΝ

Κείμενο αναφοράς

2.2.E.1 | ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΠΡΟΜΗΘΕΙΩΝ

Η πρώτη μαθησιακή υποενότητα εστιάζεται στην οργάνωση του Τμήματος Προμηθειών σε επισιτιστικές επιχειρήσεις. Στόχος είναι να κατανοήσουν οι εκπαιδευόμενοι/-ες τις βασικές αρχές οργάνωσης και λειτουργίας του τμήματος και τις διαδικασίες που διασφαλίζουν την αποτελεσματική διαχείριση των προμηθειών. Αρχικά, περιγράφεται η δομή, οι βασικές λειτουργίες οργάνωσης και η συνήθης ιεραρχία που ακολουθείται στο Τμήμα Προμηθειών μιας επισιτιστικής επιχείρησης, η οποία εξαρτάται από την κατηγορία, το είδος της επιχείρησης και αν αυτή λειτουργεί αυτόνομα ή, π.χ., εντός μιας ξενοδοχειακής μονάδας. Στη συνέχεια, παρουσιάζεται ενδεικτικά η σύνθεση, το οργανόγραμμα και η ονοματολογία του προσωπικού του Τμήματος Προμηθειών σε μια μεγάλη ξενοδοχειακή επιχείρηση. Ακολούθως, επισημαίνεται η ανάγκη για σαφή κατανομή ρόλων και αρμοδιοτήτων, και καθιέρωση πολιτικών και διαδικασιών για την αποτελεσματική λειτουργία του τμήματος. Ειδικότερα, αναλύονται τα καθήκοντα του/της Food & Beverage Manager, του/της Assistant Food & Beverage Manager, του/της Food & Beverage Controller, του/της Υπευθύνου/-ης Προμηθειών-Παραγγελιών, του/της Υπευθύνου/-ης Παραλαβών, του/της Υπευθύνου/-ης Αποθήκευσης, του/της Υπευθύνου/-ης Εσωτερικής Διακίνησης και του Βοηθητικού Προσωπικού των αντίστοιχων τμημάτων. Επίσης, μελετώνται οι πολιτικές διαχείρισης προμηθειών μιας επισιτιστικής επιχείρησης και η σημασία προτυποποίησης των

διαδικασιών σε όλα τα στάδια, π.χ. σχεδιασμού, παραγγελίας, παραλαβών, αποθήκευσης και διακίνησης υλικών, παραγωγής και διάθεσης, ελέγχου και ανατροφοδότησης. Περαιτέρω, εξετάζονται οι βασικοί στόχοι και επιδιώξεις του τμήματος, όπως η εξασφάλιση της ποιότητας, της επαρκούς ποσότητας, της κατάλληλης τιμής, της επιλογής κατάλληλου προμηθευτή και της οικονομικής αποδοτικότητας. Τέλος, υπογραμμίζεται η σημασία της συνεργασίας του τμήματος με άλλες λειτουργίες της επιχείρησης, όπως την κουζίνα, το εστιατόριο, τη Διοίκηση κ.ά.

2.2.E.2 | ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ ΚΑΙ ΜΕΘΟΔΩΝ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΠΡΟΜΗΘΕΙΩΝ

Σε αυτή την υποενότητα, περιγράφεται η διαδικασία σχεδιασμού των λειτουργιών και των μεθόδων διαχείρισης των εμπορευμάτων. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με τον σχεδιασμό διαδικασιών που εξασφαλίζουν την αποτελεσματική παραλαβή, αποθήκευση και διαχείριση των πρώτων υλών. Αρχικά, δίνεται έμφαση στον καθορισμό της πολιτικής λειτουργίας της επιχείρησης, η οποία θέτει τις βάσεις για τη συνοχή και την αποδοτικότητα των διαδικασιών προμηθειών και αποθεμάτων. Στη συνέχεια, αναλύονται οι βασικές μέθοδοι, όπως η μέθοδος Just-In-Time (JIT), η οποία επικεντρώνεται στη μείωση των αποθεμάτων και την ελαχιστοποίηση του κόστους αποθήκευσης. Εξηγείται η σημασία της σωστής πρόβλεψης ζήτησης και του προγραμματισμού παραγγελιών για την αποφυγή ελλείψεων ή υπερβολικών αποθεμάτων. Ακολούθως, δίνεται έμφαση στην ανάλυση του μενού και των προσφερόμενων δεσμάτων, τα οποία καθορίζουν τις ανάγκες της επιχείρησης σε πρώτες ύλες. Περαιτέρω, διευκρινίζεται στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες ότι οι πρότυπες συνταγές και μερίδες είναι θεμελιώδεις για τον υπολογισμό των αναγκαίων ειδών και των ποσοτήτων που απαιτούνται για την παρασκευή των γευμάτων. Με αυτόν τον τρόπο, η επιχείρηση διασφαλίζει ότι διαθέτει επαρκή αποθέματα, χωρίς να δημιουργεί πλεονάσματα που μπορεί να οδηγήσουν σε απώλειες. Επιπρόσθετα, επισημαίνεται ότι ο καθορισμός των προδιαγραφών ποιότητας για τα προϊόντα που παραγγέλλονται είναι απαραίτητος για τη διατήρηση της συνοχής στην ποιότητα των προσφερόμενων γευμάτων. Τέλος, μελετάται η χρήση εργαλείων και τεχνολογιών, όπως τα συστήματα ERP (Enterprise Resource Planning) και WMS (Warehouse Management System), για τον έλεγχο των αποθεμάτων, την αυτοματοποίηση των διαδικασιών παραγγελίας και τη βελτιστοποίηση της αποθήκευσης, και υπογραμμίζεται η σημασία της συνεχούς παρακολούθησης και αναθεώρησης των μεθόδων διαχείρισης για την προσαρμογή στις μεταβαλλόμενες συνθήκες της αγοράς.

2.2.E.3 | ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΩΝ

Ο σκοπός αυτής της μαθησιακής υποενότητας είναι η κατανόηση της διαδικασίας αξιολόγησης των προμηθευτών σε επισιτιστικές επιχειρήσεις και η απόκτηση των κατάλληλων γνώσεων για τη μέθοδο επιλογής αυτών με κριτήρια ποιότητας, αξιοπιστίας και οικονομικής αποδοτικότητας. Αρχικά, περιγράφεται η διαδικασία αξιολό-

γησης προμηθευτών, η οποία περιλαμβάνει τη συλλογή και την ανάλυση πληροφοριών για τον καθένα ξεχωριστά. Αναλύονται τα βασικά κριτήρια αξιολόγησης, όπως η ποιότητα των προϊόντων, η αξιοπιστία στην παράδοση, η οικονομική προσφορά και η υποστήριξη που παρέχεται στην επιχείρηση πριν και μετά την αγορά. Στη συνέχεια, εξηγείται η σημασία της διαρκούς εποπτείας των προμηθευτών και της αναθεώρησης των συμφωνιών και συμβολαίων βάσει της αξιολόγησης. Ακολούθως, επισημαίνεται η ανάγκη για την ανάπτυξη ενός συστήματος αξιολόγησης που θα βοηθήσει στην επιλογή των πιο αξιόπιστων προμηθευτών και στη διαχείριση των σχέσεων μαζί τους. Περαιτέρω, μελετάται η διαδικασία επιλογής και αξιολόγησης μέσω συγκεκριμένων εργαλείων και τεχνικών, όπως η Weighted Method, η μέθοδος ABC (Activity Based Costing), η αξιολόγηση σύμφωνα με τα πρότυπα ISO, καθώς και η ανάλυση SWOT, οι οποίες περιλαμβάνουν τη σύγκριση προσφορών, την ανάλυση της ποιότητας των προϊόντων μέσω δειγματοληψίας, τη διεξαγωγή ερευνών ικανοποίησης πελατών κ.ά. Επιπρόσθετα, αποσαφηνίζεται ότι η σωστή αξιολόγηση είναι κρίσιμη για την εξασφάλιση της ποιότητας των πρώτων υλών και τη βιωσιμότητα της επιχείρησης. Τέλος, ιδιαίτερη προσοχή δίνεται στη σημασία της ανατροφοδότησης από τους/τις εσωτερικούς/-ες χρήστες/-τριες της επιχείρησης των προϊόντων για την αξιολόγηση της απόδοσης των προμηθευτών και την εφαρμογή βελτιωτικών ενεργειών. Για εξοικείωση με τις τεχνικές, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλούνται να δημιουργήσουν πίνακα αξιολόγησης και να εφαρμόσουν τις τεχνικές σε υποθετικό προμηθευτή.

2.2.E.4 | ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΑΡΑΛΑΒΩΝ

Η υποενότητα αυτή εστιάζεται στις διαδικασίες και τις βέλτιστες πρακτικές διαχείρισης εμπορευμάτων σε επισιτιστικές επιχειρήσεις, καλύπτοντας τον έλεγχο της ποιότητας και της ποσότητάς τους κατά την παραλαβή, καθώς και την αποτελεσματική καταγραφή και αποθήκευσή τους. Αρχικά, περιγράφεται η διαδικασία διαχείρισης παραλαβών, η οποία περιλαμβάνει τη φυσική επιθεώρησή τους και την καταγραφή τους στα συστήματα της επιχείρησης. Επισημαίνεται η ανάγκη για τη χρήση φορτωτικών εγγράφων και εντύπων παραλαβής, όπως τα δελτία αποστολής και τα πιστοποιητικά ποιότητας, για την επαλήθευση της ποσότητας και της ποιότητας των εμπορευμάτων. Αναλύεται η σημασία της καταγραφής τυχόν αποκλίσεων ή προβλημάτων κατά την παραλαβή, καθώς και η επικοινωνία με τους προμηθευτές για την επίλυση αυτών των ζητημάτων. Διευκρινίζεται η ανάγκη για την τήρηση αρχείων για μελλοντική αναφορά και έλεγχο, και αναλύεται η χρήση συγκεκριμένων εργαλείων και τεχνικών, όπως οι λίστες ελέγχου και τα συστήματα ERP (Enterprise Resource Planning), για την καταγραφή και την παρακολούθηση των εμπορευμάτων. Επιπρόσθετα, εξηγείται η διαδικασία αποδοχής ή επιστροφής προϊόντων που δεν πληρούν τα απαιτούμενα πρότυπα ποιότητας ή ποσότητας. Τέλος, υπογραμμίζεται ότι η ορθή διαχείριση των παραλαβών είναι κρίσιμη για την εξασφάλιση της ποιότητας των εδεσμάτων, γιατί βελτιώνει τη λειτουργία της επιχείρησης, μειώνει τα κόστη

και διασφαλίζει την ικανοποίηση των πελατών. Για την πληρέστερη κατανόηση της συγκεκριμένης μαθησιακής ενότητας, ζητείται από τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες να αναπτύξουν ένα σχέδιο διαχείρισης παραλαβών για μια επισιτιστική επιχείρηση. Το σχέδιο θα πρέπει να περιλαμβάνει βήματα παραλαβής, επιθεώρησης ποιότητας και ποσότητας των προϊόντων, τη χρήση εντύπων και εργαλείων καταγραφής και τις διαδικασίες επίλυσης προβλημάτων.

2.2.E.5 | ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΠΟΘΕΜΑΤΩΝ

Αυτή η υποενότητα εξετάζει τις πρακτικές αποθήκευσης των εμπορευμάτων σε επισιτιστικές επιχειρήσεις. Αρχικά, περιγράφεται η διαδικασία αποθήκευσης ως κρίσιμος παράγοντας για τη διατήρηση της ποιότητας και της ασφάλειας των προϊόντων σε μια επισιτιστική επιχείρηση. Αναλύεται η σημασία της σωστής οργάνωσης του χώρου, η οποία περιλαμβάνει την κατηγοριοποίηση των προϊόντων και την τοποθέτηση σε ράφια ή κατάλληλα ερμάρια, αποθήκες, θαλάμους, ψυγεία κ.ά. που διευκολύνουν την πρόσβαση και την αναγνώριση των εμπορευμάτων. Εξηγείται η ανάγκη για τήρηση των κανόνων υγιεινής και ασφάλειας, όπως είναι η σωστή θερμοκρασία αποθήκευσης και η τακτική απολύμανση των χώρων. Παρουσιάζεται η διαδικασία οργάνωσης της αποθήκης, η οποία περιλαμβάνει τη χρήση κατάλληλων εντύπων και ετικετών για την παρακολούθηση των αποθεμάτων. Περιγράφεται η εφαρμογή τεχνικών όπως η FIFO (First In, First Out) για τη διαχείριση των προϊόντων, ώστε τα παλαιότερα προϊόντα να χρησιμοποιούνται πρώτα και να αποφεύγεται η αλλοίωση ή η λήξη τους. Διευκρινίζεται η σημασία του τακτικού ελέγχου των αποθεμάτων για την έγκαιρη ανίχνευση και αντιμετώπιση πιθανών προβλημάτων, όπως είναι η υπερβολική αποθήκευση ποσοτήτων ή οι ελλείψεις. Για τον λόγο αυτόν, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με τον υπολογισμό του σημείου αναπαραγγελίας (reorder point), το οποίο καθορίζει το κατάλληλο χρονικό διάστημα για την παραγγελία νέων προμηθειών, καθώς και με τη μέθοδο της βέλτιστης ποσότητας παραγγελίας (EOQ) για την εξισορρόπηση του κόστους παραγγελίας και αποθήκευσης. Ακολουθώς, μελετώνται τεχνικές κατηγοριοποίησης αποθεμάτων (ABC analysis), οι οποίες επιτρέπουν τον εντοπισμό των κρίσιμων ειδών που απαιτούν στενή παρακολούθηση. Τέλος, εξετάζεται η συμβολή των σύγχρονων τεχνολογιών στην καλύτερη διαχείριση των αποθεμάτων και τη μείωση των λειτουργικών δαπανών.

2.2.E.6 | ΔΙΕΝΕΡΓΕΙΑ ΑΠΟΓΡΑΦΩΝ

Ο σκοπός αυτής της υποενότητας είναι να γίνουν κατανοητές οι βασικές αρχές και μέθοδοι για τη διενέργεια απογραφών, οι οποίες διασφαλίζουν την ακριβή καταγραφή των αποθεμάτων και την αποτελεσματική διαχείριση των εμπορευμάτων. Αρχικά, αναλύονται οι λόγοι σύνταξης απογραφών και περιγράφεται η διαδικασία διενέργειάς τους, η οποία περιλαμβάνει την καταμέτρηση των αποθεμάτων και τη σύγκριση με τα λογιστικά βιβλία της επιχείρησης. Αναλύονται τα διάφορα ήδη απογραφής, όπως

η γενική, η μερική, η έκτακτη και η απογραφή τέλους χρήσης. Εξηγείται η σημασία της ακριβούς καταγραφής για την αποφυγή διαφορών μεταξύ της φυσικής ποσότητας και των λογιστικών στοιχείων, καθώς και η ανάγκη για τακτικές απογραφές, ώστε να διασφαλίζεται η ακρίβεια των αποθεμάτων. Διευκρινίζεται η διαδικασία ελέγχου και διόρθωσης τυχόν αποκλίσεων που ενδέχεται να προκύψουν κατά τη διάρκεια της απογραφής. Παρουσιάζεται η διαδικασία προετοιμασίας και διεξαγωγής των απογραφών, η οποία περιλαμβάνει τη συλλογή και οργάνωση των στοιχείων αποθεμάτων, τη διενέργεια φυσικής καταμέτρησης και την εισαγωγή των δεδομένων στα λογιστικά συστήματα. Εξηγείται η χρήση εργαλείων και τεχνολογιών για την καταγραφή και την ανάλυση των αποθεμάτων, όπως οι σαρωτές barcode (ραβδωτός κώδικας) και τα διάφορα λογισμικά εφαρμογών απογραφής. Διευκρινίζεται η σημασία της σωστής καταγραφής των αποτελεσμάτων της απογραφής και της αναθεώρησης των διαδικασιών, ώστε να βελτιωθεί η ακρίβεια της διαχείρισης αποθεμάτων. Επιπρόσθετα, υπογραμμίζεται ότι η σωστή διενέργεια απογραφών είναι κρίσιμη για την ακριβή διαχείριση των αποθεμάτων και την αποφυγή οικονομικών απωλειών. Τέλος, επισημαίνεται ότι η τακτική απογραφή επιτρέπει την έγκαιρη ανίχνευση σφαλμάτων και διαφορών, διευκολύνει την εφαρμογή διορθωτικών μέτρων και βελτιώνει τη γενική αποδοτικότητα της επιχείρησης.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Κονόμος, Γ. & Πατεστής, Ι. (2022). *Έλεγχος & Κοστολόγηση για τουριστικές και επισιτιστικές επιχειρήσεις* (5η έκδοση). Αθήνα: Le Monde/Les Livres du Tourisme.
2. Μάρας, Α. Γ. (2019). *Food & Beverage Management/Διοίκηση & Έλεγχος. Τιμολόγηση στον επισιτιστικό τομέα των ξενοδοχείων*. Αθήνα: Εκδόσεις Φαίδιμος.

Συμπληρωματικές

1. Αρβανίτης, Κ. & Αρβανίτης, Δ. (2016). *Εστιατόριο: διοίκηση και οργάνωση επισιτιστικών επιχειρήσεων*. Αθήνα: Εκδόσεις Προπομπός.
2. Ράπτης, Ν. Δ. (1999). *Εμπορευματογνωσία – Προμήθειες*. Αθήνα: Εκδόσεις Interbooks.

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι η ενίσχυση των γνώσεων, των δεξιοτήτων και των ικανοτήτων που απέκτησαν οι εκπαιδευόμενοι/-ες στις υπόλοιπες μαθησιακές ενότητες του εξαμήνου, με ανάδειξη της έννοιας της διαθεματικότητας. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες πραγματοποιούν ποικίλες εκπαιδευτικές δράσεις, αξιοποιώντας τις γνώσεις που κατέκτησαν κατά τη διάρκεια του τρέχοντος εξαμήνου σπουδών από το σύνολο των μαθησιακών εννοιών, οι οποίες μπορούν να πραγματοποιούνται εντός αλλά και εκτός των εγκαταστάσεων της εκπαιδευτικής δομής. Ενδεικτικά παραδείγματα από τις ποικίλες εκπαιδευτικές δραστηριότητες είναι τα εξής: ανάθεση εκπόνησης διαθεματικών εργασιών, σεμιναριακές παρουσιάσεις, εργαστηριακές εφαρμογές, εκπαιδευτικές επισκέψεις σε πρότυπους επαγγελματικούς χώρους, συμμετοχή σε επαγγελματικές ημερίδες, συνέδρια, φεστιβάλ, εκθέσεις. Η αξιολόγηση της μαθησιακής ενότητας μπορεί να γίνεται είτε με μορφή δομημένων εργασιών είτε με εργαστηριακή αξιολόγηση σε καθορισμένες δράσεις από υπεύθυνο/-η συντονιστή/-τρια εκπαιδευτή/-τρια. Ο/Η συντονιστής/-τρια της μαθησιακής ενότητας εποπτεύει τη διαδικασία και διευκολύνει τον/την εκπαιδευόμενο/-η παρέχοντας πηγές αλλά και διευκρινίσεις σχετικά με το επιδιωκόμενο μαθησιακό αποτέλεσμα.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Περιγράφουν τις αρμοδιότητες του προσωπικού κουζίνας – ζαχαροπλαστέιου, τους χώρους ευθύνης και τους βασικούς χειρισμούς πρώτων υλών,
- Αναγνωρίζουν τους όρους γαστρονομικής τέχνης,
- Διαμορφώνουν και να ελέγχουν το πλάνο υγιεινής και ασφάλειας των τροφίμων και του χώρου παραγωγής, καθώς και των εγκαταστάσεων βάσει συγκεκριμένων κριτηρίων,
- Χειρίζονται τα διάφορα εργαλεία και τις συσκευές με συγκεκριμένες μεθόδους και ασφάλεια,
- Χρησιμοποιούν την ορολογία και τους όρους γαστρονομίας σύμφωνα με τα διεθνή πρότυπα,
- Οργανώνουν τον χώρο ευθύνης τους σύμφωνα με τους κανόνες της υγιεινής και με σεβασμό στους κανόνες ορθής πρακτικής,
- Ελέγχουν την ποιότητα και την επάρκεια των πρώτων υλών και των μηχανικών μέσων ανάλογα με το προς παραγωγή προσδοκώμενο αποτέλεσμα,
- Αναγνωρίζουν βασικές πρώτες ύλες μαγειρικής – ζαχαροπλαστικής και τις ιδιότητές τους,

- Αναγνωρίζουν βασικές τεχνικές μαγειρικής – ζαχαροπλαστικής και τη χρήση τους,
- Συνεργάζονται μεταξύ τους για την επίτευξη των στόχων.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Οργάνωση κουζίνας / Πλάνο υγιεινής / Τρόποι σερβιρίσματος / Ορεκτικά / Κρύα κουζίνα / Παραδοσιακή ελληνική κουζίνα / Δράσεις γαστρονομίας / Τεχνικές μαγειρικής Catering.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (0), Εργαστήριο (4), Σύνολο (4).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΟΡΟΛΟΓΙΑΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ
2	ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΚΑΙ ΠΛΑΝΟ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΩΝ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΣΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ
3	ΣΧΕΔΙΟ ΠΑΡΑΛΑΒΗΣ, ΠΟΙΟΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ, ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗΣ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ
4	ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΟΡΕΚΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΡΩΤΩΝ ΠΙΑΤΩΝ
5	ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ ΚΑΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΔΡΑΣΕΙΣ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ
6	ΤΡΟΠΟΙ ΣΕΡΒΙΡΙΣΜΑΤΟΣ ΣΕ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ
7	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΤΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ – ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ

Κείμενο αναφοράς

2.2.ΣΤ.1 | ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΟΡΟΛΟΓΙΑΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ

Η συγκεκριμένη μαθησιακή υποενότητα αποτελεί ουσιαστικό κομμάτι της κατάρτισης της μαγειρικής τέχνης. Κεντρικός στόχος είναι η ουσιαστική γνώση της εξειδικευμένης ορολογίας και των διεθνών προτύπων που συνδέονται με τη μαγειρική τέχνη και, ορισμένες φορές, με την αρτοζαχαροπλαστική. Πιο συγκεκριμένα, προωθείται η κατανόηση και η εξοικείωση με όρους που σχετίζονται με την παρασκευή εδεσμάτων, με βασικά προϊόντα και πρώτες ύλες της μαγειρικής. Η συγκεκριμένη υποενότητα εστιάζεται στη μελέτη βασικών όρων της μαγειρικής και κυρίως της ελληνικής κουζίνας, όπως «ζύμη», «σαλάτα», «σούπες», «σάλτσες» κ.λπ., με αναφορές και σε εθνικές κουζίνες, όπως την Ιταλική, τη Γαλλική, την Ισπανική, την Κινεζική, την Ιαπωνική και τη Μεξικάνικη. Στο πλαίσιο της παρούσας υποενότητας, δίνεται έμφαση στη χρήση κοινής επαγγελματικής γλώσσας, με ποιότητα και συνοχή, καθώς και στην εναρμόνιση της μαγειρικής και εμπορικής ορολογίας με τη διεθνή αγορά. Επιπροσθέτως, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μπορούν να εξοικειωθούν με διάφορα προϊόντα και τεχνικές μαγειρικής,

ενισχύοντας έτσι τις γνώσεις και τις δεξιότητές τους μέσω της πρακτικής άσκησης. Αυτό τους επιτρέπει να είναι ενημερωμένοι/-ες και καταρτισμένοι/-ες ως τεχνικοί μαγειρικής τέχνης και να ορίζουν την έννοια «βασικές παρασκευές», αναφέροντας χαρακτηριστικά παραδείγματα. Συνοψίζοντας, σε αυτή την υποενότητα, τίθενται οι βάσεις για το επάγγελμα του/της μάγειρα/-ισσας και την εξέλιξή του. Για την επίτευξη των στόχων, προτείνεται η παρακολούθηση σεμιναριακών παρουσιάσεων, η πραγματοποίηση εκπαιδευτικών επισκέψεων σε πρότυπους επαγγελματικούς χώρους και η ενεργή συμμετοχή σε επαγγελματικές ημερίδες, συνέδρια, φεστιβάλ και εκθέσεις.

2.2.ΣΤ.2 | ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΚΑΙ ΠΛΑΝΟ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΩΝ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΣΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ

Η παρούσα μαθησιακή υποενότητα εστιάζεται στην ουσιαστική πτυχή της ασφάλειας τροφίμων. Βασικός στόχος της είναι παράσχει στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες εμπέδωση και εξοικείωση με τα πρότυπα υγιεινής και ασφάλειας που εφαρμόζονται στον χώρο εργασίας. Στο πλαίσιο αυτό, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναπτύσσουν δεξιότητες που τους επιτρέπουν να διαχειρίζονται τα τρόφιμα και τον εξοπλισμό με ασφάλεια, να αντιλαμβάνονται τους πιθανούς κινδύνους και να εφαρμόζουν τα πρότυπα υγιεινής κατά τη δημιουργία των παρασκευών. Πιο συγκεκριμένα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες, συμμετέχοντας σε δράσεις που περιλαμβάνει το πλάνο υγιεινής και ασφάλειας των τροφίμων, αποκτούν εμπειρία σε θέματα: ασφαλούς χρήσης του εξοπλισμού και των υλικών, διαχείρισης αποβλήτων, καθαρισμού και απολύμανσης, ατομικής υγιεινής του προσωπικού, καθημερινών ελέγχων υγιεινής, αξιολόγησης κινδύνων και υιοθέτησης προληπτικών μέτρων, πρόβλεψης αλλεργιογόνων υλικών/τροφών και παραγόντων αλλοίωσης τροφίμων. Αυτό το πλάνο αποτελεί καίριο μέρος της κατάρτισης, παρέχοντας τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες που επιτρέπουν στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες να διακρίνονται ως άρτιοι/-ες επαγγελματίες, διατηρώντας υψηλά επίπεδα υγιεινής και ασφάλειας των τροφίμων. Συνοψίζοντας, η παρούσα υποενότητα εφοδιάζει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες όχι μόνο με τις απαραίτητες γνώσεις αλλά και με τις πρακτικές δεξιότητες που τους επιτρέπουν να ανταποκρίνονται με επιτυχία στις προκλήσεις του επαγγελματικού χώρου, ξεκινώντας την εφαρμογή ήδη από το εργαστήριο εκπαίδευσης.

2.2.ΣΤ.3 | ΣΧΕΔΙΟ ΠΑΡΑΛΑΒΗΣ, ΠΟΙΟΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ, ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗΣ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗΣ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ

Η παρούσα μαθησιακή υποενότητα αποτελεί ουσιαστικό κομμάτι της κατάρτισης στον τομέα της μαγειρικής τέχνης. Για τη συγκεκριμένη υποενότητα, προτείνεται η επίσκεψη σε λαϊκή αγορά, σε βιολογική αγορά ή μανάβικο, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να καταγράψουν τα υλικά εποχής, καθώς και επίσκεψη σε οργανωμένη επιχείρηση διανομής πρώτων υλών εστιατορίων. Παράλληλα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναπτύσσουν ικανότητες που αφορούν την οργάνωση της παραλαβής, του ποιοτικού

ελέγχου, της αποθήκευσης και της συντήρησης των πρώτων υλών, με γνώμονα την αποτελεσματικότητα, την ασφάλεια και την υγιεινή, καθώς και την εξασφάλιση της αρμονικής παροχής υπηρεσιών και την επίτευξη των στόχων της επισιτιστικής δραστηριότητας. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες οργανώνουν τον χώρο αποθήκευσης και εργασίας τους βάσει ενός πλάνου που ανταποκρίνεται στις παραλαβές και στον όγκο εργασίας. Επικεντρώνονται στην εφαρμογή των θεωρητικών γνώσεων για την οργάνωση των πρώτων υλών και περιγράφουν στο πρόγραμμά τους τη συνολική διαχείριση των πρώτων υλών αλλά και των επεξεργασμένων προϊόντων. Καταγράφουν το σύνολο των διαδικασιών που προκύπτουν από ένα οργανωμένο πλάνο λειτουργίας της κουζίνας, με κύριο στόχο τη διασφάλιση της ορθής λειτουργίας του τμήματος. Είναι σημαντικό οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εμβαθύνουν στην ορολογία υγιεινής και ασφάλειας των τροφίμων που εφαρμόζεται στους χώρους της μαζικής εστίασης, καθώς και σε όρους που σχετίζονται με την οικονομία, την οικολογία και τα logistics. Ολοκληρώνοντας τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα γνωρίζουν τις απαραίτητες διαδικασίες και προδιαγραφές των πρώτων υλών στο τμήμα παραγωγής, και θα είναι σε θέση να ερμηνεύουν τις ανάγκες τους και να χρησιμοποιούν την ορολογία που απαιτείται.

2.2.ΣΤ.4 | ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΟΡΕΚΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΡΩΤΩΝ ΠΙΑΤΩΝ

Η παρούσα μαθησιακή υποενότητα αποτελεί σημαντικό κομμάτι της κατάρτισης στη μαγειρική τέχνη. Η μαγειρική συνδυάζεται σε αρκετά σημεία με την αρτοποιία και ορισμένα αλμυρά παρασκευάσματα αποτελούν βασικό στοιχείο τόσο σε βιτρίνες φούρνων όσο και σε παρουσιάσεις buffet. Επιπλέον, υπάρχουν ειδικές εκδηλώσεις, όπως βαφτίσεις, εγκαίνια, εορταστικά μενού, όπου είθισται η παράθεση των εδεσμάτων σε μορφή buffet, ο οποίος περιλαμβάνει και αλμυρά εδέσματα, τα οποία παρασκευάζονται από αρτοζαχαροπλαστέα ή επιχειρήσεις catering. Τα αλμυρά αυτά ορεκτικά προσφέρονται ως μικρές μπουκιές ή μικρές παρουσιάσεις. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες δημιουργούν συνταγές για ζεστά ορεκτικά και πρώτα πιάτα, όπως: ντολμαδάκια, κεφτεδάκια, μικρά σουβλάκια, μικρά κεμπάπ, μπουρεκάκια, κολοκυθοκεφτέδες, πιτσάκια, τυροπιτάκια, σπανακοπιτάκια, αλμυρά ταρτάκια και σουδάκια, καναπεδάκια με αλοιφές (τζατζίκι, ταραμά, μελιτζανοσαλάτα, κόκκινη πιπεριά πάπρικα) και γαρνιτούρες, σουφλέ, πιροσκή, μπεργκεράκια, μπάο μπαν κ.λπ., καθώς και κρύα ορεκτικά παραδοσιακά, διεθνή και μοντέρνα όπως: βολ ο βαν, πιατέλα ελληνικών και διεθνών τυριών και αλλαντικών, αβγά γεμιστά, μπρουσκέτες, τορτίγιες, καναπεδάκια κ.λπ. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρουσιάζουν μια σειρά από σαλάτες και κρύα ορεκτικά με βάση τις ελληνικές πρώτες ύλες αλλά και νέα υλικά, όπως γλυκοπατάτα, ακτινίδιο, αβοκάντο, κινόα κ.ά. Οι συνταγές πρέπει να ακολουθούν και τις τάσεις της αγοράς, χρησιμοποιώντας λιγότερο αλάτι, αντικαθιστώντας τα σπορέλαια με ελαιόλαδο και με χρήση αλεύρων όπως ζέας, πολύσπορου, σίκαλης, gluten free κ.λπ. Για την ολοκλήρωση της υποενότητας, ωστόσο, πρέπει να δοθεί ιδιαίτερη σημασία στη συντήρηση τόσο των πρώτων υλών όσο και των ενδιάμεσων και τελικών προϊόντων προπαρασκευής.

2.2.ΣΤ.5 | ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ ΚΑΙ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΔΡΑΣΕΙΣ

ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ

Στη συγκεκριμένη μαθησιακή υποενότητα, αναπτύσσεται ένα πλάνο με πιθανά σε- νάρια τεχνικών ζητημάτων που προκύπτουν καθημερινά κατά τη λειτουργία μιας επαγγελματικής κουζίνας με αφορμή δράσεις εξωστρέφειας, όπως είναι οι εκθέσεις, τα φεστιβάλ, τα σεμινάρια και οι γιορτές γαστρονομίας και τουρισμού. Περιγράφεται μια σειρά τεχνικών θεμάτων που σχετίζονται με ειδικές εκδηλώσεις, παρουσιάσεις προϊόντων, γευσιγνωσία τοπικών προϊόντων, όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλούνται να εφαρμόσουν τον κατάλληλο τρόπο δράσης ανάλογα με τις ιδιαιτερότητες κάθε περίπτωσης. Έτσι, αναλύεται η λειτουργία της κάθε δράσης και ομαδοποιούνται τα κοινά σημεία της διαδικασίας οργάνωσης και διαχείρισής της. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες οργανώνουν τις απαραίτητες προεργασίες και δομούν ένα προσχέδιο παρουσίασης. Καταρτίζουν ένα πρόγραμμα για την ομάδα και θέτουν τις προδιαγραφές της παρου- σίασης και του σερβιρίσματος των εδεσμάτων που παρουσιάζουν ή γεύονται στις εκδηλώσεις στις οποίες συμμετέχουν. Στο πλαίσιο αυτό, οι εκπαιδευόμενοι/-ες σχη- ματίζουν ομάδες εργασίας και ορίζουν τις συνταγές, ενώ οι εκπαιδευτές/-τριες τους/ τις καθοδηγούν ώστε να πειραματιστούν για να φθάσουν στο επιθυμητό αποτέλεσμα. Ιδιαίτερη σημασία δίνεται στον τρόπο παρουσίασης, όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ες θέ- τουν τις δικές τους προτάσεις προς αξιολόγηση. Τέλος, με σκοπό την ανάδειξη της μαγειρικής τέχνης και την προώθηση της τοπικής γαστρονομίας, προτείνεται η δι- οργάνωση ενός ημερήσιου φεστιβάλ γαστρονομίας αφιερωμένου σε ένα έδεσμα της ελληνικής παράδοσης, όπως η παγκόσμια μέρα του πατσά, ή σε ένα προϊόν, π.χ. η ποι- κιλία Ξινόμαυρο, ή άλλου εδέσματος που συνδέεται με την εποχή.

2.2.ΣΤ.6 | ΤΡΟΠΟΙ ΣΕΡΒΙΡΙΣΜΑΤΟΣ ΣΕ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ

Στην εν λόγω μαθησιακή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τις τεχνικές σερβιρίσματος στο εστιατόριο, το ζαχαροπλαστείο, το ξενοδοχείο, το catering ή το κρουαζιερόπλοιο. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη σύνδεση των θεωρητικών γνώσεων που έχουν σε αυτόν τον τομέα με την πρακτική στην επαγγελματική κουζίνα και στο τμήμα σερβιρίσματος. Κεντρικός στόχος της μαθησιακής υποενότητας είναι η κατανόηση και η απόκτηση των απαραίτητων δεξιοτήτων για την υλοποίηση τεχνικών σερβιρίσματος με βιωματικό τρόπο. Έτσι, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναπτύσσουν ικανότητες σερβιρίσματος όπως ορίζουν οι κανόνες της εστιατορικής τέχνης. Συγκεκριμένα, περιγράφουν τους τρόπους σερβιρίσματος και εξοικειώνονται, μέσω επίδειξης από τον/την εκπαιδευτή/-τρια με τις κλασικές μεθόδους à la carte, που είναι οι εξής: η βιεννέζικη, η γαλλική, η ρωσική και η αγγλική. Επίσης, μείζονος σημασίας στα εστιατόρια είναι και οι υπηρεσίες υψηλού επιπέδου. Στο πλαίσιο αυτό, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναφέρουν εδέσματα που η παρασκευή του ολοκληρώνεται μπροστά στον πελάτη, όπως το φιλετάρισμα ψαριού, το ψήσιμο του κρέατος σε ειδικές πλάκες και η κοπή του, το ψήσιμο ενός γλυκού, το σοτάρισμα ορεκτικών, το

ανακάτεμα των ζυμαρικών, η σύνθεση μιας σαλάτας κ.λπ.. Η πρακτική εξάσκηση των εκπαιδευομένων μπορεί να υλοποιηθεί σε συνθήκες πραγματικού σερβιρίσματος στο πλαίσιο ειδικών εκδηλώσεων στον χώρο εκπαίδευσης. Συνοψίζοντας, στην υποεπένδυση αυτή, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν τις βάσεις για τη δημιουργία εδεσμάτων, καθορίζοντας τον τρόπο σερβιρίσματός τους και αποκτούν την ανάλογη εμπειρία ώστε να προχωρήσουν σε πιο προηγμένες τεχνικές και δημιουργικές διαδικασίες.

2.2.ΣΤ.7 | ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΤΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ – ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ

Σε αυτή την υποεπένδυση, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν περισσότερα τοπικά εδέσματα της Ελλάδας. Μέσα από αυτές τις παρασκευές, οι εκπαιδευόμενοι/-ες κρίνεται σκόπιμο να αναγνωρίσουν τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά κάθε περιοχής, όπως το μικροκλίμα, τις πρώτες ύλες, τις τεχνικές παραγωγής και τις αξίες των παραγωγών. Ταυτόχρονα, καταρτίζονται πρότυπες συνταγές, όπου ορίζονται τα ποιοτικά χαρακτηριστικά, το κόστος αγοράς των πρώτων υλών και το κόστος ανά μερίδα (προτείνεται η χρήση της πρότυπης συνταγής). Επιπλέον, επισημαίνεται η σύνδεση εδεσμάτων με μεγάλες εθνικές και θρησκευτικές γιορτές της χώρας μας (Χριστούγεννα, Πάσχα, 25η Μαρτίου κ.λπ.), γεγονός που πρέπει να αναλυθεί και να παρασκευασθούν τα ανάλογα εδέσματα, όπως γαλοπούλα με γέμιση, τηγανιά με πράσο, χοιρινό με δαμάσκηνα, γουρουνοπούλα κ.ά. Σε αυτό το πλαίσιο, κινείται και η παρασκευή εδεσμάτων που αντικατοπτρίζουν ήθη και έθιμα του τόπου μας και προσφέρονται σε ειδικές εκδηλώσεις (γάμους, βαπτίσεις κ.λπ.) ως αλμυρά εδέσματα σε μικρές μπουκιές. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες υλοποιούν παρασκευές που αναδεικνύουν την τοπική ελληνική κουζίνα, όπως σούπες (γιουβαρλάκια, φασολάδα, κοτόσουπα, κρεατόσουπα, μαγειρίτσα, πατσά), ντολμαδάκια με αμπελόφυλλο, ρύζι και μυρωδικά, γέμιση γαλοπούλας, σκορδαλιά και μπακαλιάρο κουρκούτι, σύνθετα λαδερά φαγητά (μουσακά, σουτζουκάκια σμυρνέικα, τηγανιές, παραδοσιακά σουβλάκια και καλαμάκια, γύρο, κεμπάπ, τσιγεροσαρμάδες), καθώς και άλλα παραδοσιακά ελληνικά εδέσματα, ανάλογα με την τεχνική τους δεινότητα. Η υποεπένδυση ολοκληρώνεται με την παρασκευή εδεσμάτων που σχετίζονται με την παράδοση σε εναλλακτικές μορφές: χωρίς αλλεργιογόνα, στη χορτοφαγική τους έκδοση, gluten ή lactose free.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Χειλαδάκης, Σ. (2019). *Εγχειρίδιο Τεχνικού Μαγειρικής Τέχνης* (4η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Επτάλοφος.
2. Καλόςακας, Ε. & Παναγούλης, Α. (2017). *Μαγειρεύουμε. Η δημιουργία*. Αθήνα: Εκδόσεις Le Monde/Les Livres du Tourisme.
3. Θεοδωρέλης, Χ. Δ. (2023). *Επιστήμη και Τεχνογνωσία στη Μαζική Εστίαση*. Θεσσαλονίκη: Ιδιωτική έκδοση.

Συμπληρωματικές

1. Καλόςακας, Ε., Παναγούλης, Α. & Συντάκας, Κ. (2013). *Μαγειρεύοντας. Οι βάσεις της μαγειρικής*. Αθήνα: Εκδόσεις Le Monde/Les Livres du Tourisme.
2. Παλησίδης, Γ. & Μπόσκου, Γ. (2014). *Νέα διατροφικά & γαστρονομικά πρότυπα*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ. Ανακτήθηκε από:
https://imegsevee.gr/wp-content/uploads/2018/02/gastronomika_prototypa.pdf
3. Συλλογικό Έργο. (2004). *Ελληνική παραδοσιακή κουζίνα*. Αθήνα: ΟΤΕΚ-Υπουργείο Τουριστικής Ανάπτυξης.

2.3 • ΕΞΑΜΗΝΟ Γ΄

2.3.A • ΑΓΓΛΙΚΑ Ι

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι να εισαγάγει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες στις βασικές έννοιες και στην ορολογία της αγγλικής γλώσσας που χρησιμοποιούνται στους χώρους της επαγγελματικής μαγειρικής. Ειδικότερα, παρουσιάζονται συνταγές στην αγγλική γλώσσα, με έμφαση στην ορθή διατύπωσή τους σε επίπεδο επαγγελματικής ορολογίας. Επιπρόσθετα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξασκούνται στην προφορική παρουσίαση των παρασκευασμάτων, κάνοντας χρήση της ανάλογης ορολογίας, καθώς και στην ορθή προφορά των λέξεών της. Τέλος, παρουσιάζονται οι βασικοί διάλογοι που αφορούν την καθημερινή λειτουργία του χώρου της επαγγελματικής κουζίνας.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Αναφέρουν τα βασικά υλικά στην αγγλική γλώσσα,
- Αριθμούν τις ποσότητες των υλικών μιας συνταγής στην αγγλική γλώσσα,
- Ονοματίζουν στα αγγλικά τα σκεύη και τις εγκαταστάσεις ενός επαγγελματικού χώρου,
- Αναγνωρίζουν την αγγλική ορολογία επαγγελματικής μαγειρικής,
- Προσδιορίζουν την ιεραρχία μιας επαγγελματικής κουζίνας στην αγγλική γλώσσα,
- Αναλύουν στα αγγλικά τις διάφορες τεχνικές προετοιμασίας των συνταγών,
- Χρησιμοποιούν το κατάλληλο λεξιλόγιο που σχετίζεται με την παρουσίαση παρασκευών στην αγγλική γλώσσα,
- Περιγράφουν την προετοιμασία μιας συνταγής στην αγγλική γλώσσα,
- Παρουσιάζουν τον εαυτό τους στα αγγλικά κατά τη διάρκεια μιας επαγγελματικής συνέντευξης στον εργασιακό χώρο,
- Αναπτύσσουν διαλόγους στα αγγλικά με συναδέλφους/-ισσες σχετικά με τις πρώτες ύλες.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Basic ingredients / Communicating in English / Cover letter / Culinary terminology / Dish preparation / Job interview / Kitchen brigade / Learning activities / Raw materials / Recipe / Resume-CV.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο (2).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΒΑΣΙΚΗ ΑΓΓΛΙΚΗ ΟΡΟΛΟΓΙΑ
2	ΒΑΣΙΚΑ ΥΛΙΚΑ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΣΤΗΝ ΑΓΓΛΙΚΗ
3	ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΣΥΝΤΑΓΩΝ
4	ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ ΜΙΑΣ ΣΥΝΤΑΓΗΣ
5	ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΙΕΡΑΡΧΙΑΣ ΣΤΟΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΧΩΡΟ
6	ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΕΣ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ
7	ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΚΑΙ ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟΥ

Κείμενο αναφοράς

2.3.A.1 | ΒΑΣΙΚΗ ΑΓΓΛΙΚΗ ΟΡΟΛΟΓΙΑ

Στην πρώτη υποενότητα, γίνεται εισαγωγή στην αγγλική ορολογία όπως αυτή έχει διαμορφωθεί στην πορεία του χρόνου στον επαγγελματικό κλάδο της κουζίνας. Αναφέρονται οι βασικές γλωσσικές πράξεις που είναι απαραίτητες στα αγγλικά, ώστε να μπορούν οι εκπαιδευόμενοι/-ες να κινούνται στον χώρο της κουζίνας, να περιγράφουν τη θέση τους και να ζητούν πληροφορίες. Προσδιορίζονται γλωσσικές πράξεις όπως η περιγραφή χαρακτηριστικών προϊόντων και πιάτων, καθώς και η έκφραση γνώμης και προτίμησης. Επιπλέον, παρουσιάζονται οι μονάδες μέτρησης που σχετίζονται με την ποσότητα, η χρήση των οποίων είναι απαραίτητη για την ορθή επικοινωνία κατά την εκτέλεση συνταγών, και το απαραίτητο λεξιλόγιο για τον προσδιορισμό του χώρου και του χρόνου στο πλαίσιο εργασίας σε μια επαγγελματική κουζίνα. Οι εκπαιδευτικές μέθοδοι που προτείνονται είναι η εισήγηση για την ανάλυση των γλωσσικών πράξεων και των μονάδων μέτρησης, και η αξιοποίηση εποπτικών μέσων κατά την παρουσίαση και την ανάλυση αυθεντικών διαλόγων στην αγγλική γλώσσα. Η εκπαιδευτική διαδικασία ολοκληρώνεται με δραστηριότητες όπως κουίζ και παιχνίδια λέξεων, τα οποία κάνουν τη διαδικασία μάθησης πιο διασκεδαστική και ελκυστική, ενώ παράλληλα βοηθούν στη εμπέδωση των πληροφοριών, ενισχύοντας την κατανόηση και την απομνημόνευση των όρων μέσω της εφαρμογής τους στην πράξη. Προτεινόμενη εκπαιδευτική μέθοδος είναι, επίσης, η ομαδοσυνεργατική, γιατί, μέσω της εργασίας σε ομάδες, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μελετούν και δημιουργούν συνταγές που απαιτούν τη χρήση αγγλικής ορολογίας, ανταλλάσσοντας γνώσεις και εμπειρίες, συμμετέχοντας ενεργά και αλληλεπιδρώντας.

2.3.A.2 | ΒΑΣΙΚΑ ΥΛΙΚΑ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΣΤΗΝ ΑΓΓΛΙΚΗ

Στην παρούσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες έχουν την ευκαιρία, μέσω της αγγλικής γλώσσας, να γνωρίσουν τα βασικά υλικά της μαγειρικής τέχνης και να συζητήσουν για τη σημασία της ποιότητας, της φρεσκάδας και της προέλευσής τους. Αρχικά, παρουσιάζονται στα αγγλικά οι κατηγορίες των βασικών υλικών, ξεκινώντας από τα λαχανικά και τα φρούτα. Προσδιορίζονται τα λαχανικά και τα φρούτα που συναντώνται σε διάφορες κουζίνες, καθώς και οι τεχνικές προετοιμασίας και αποθήκευσής τους. Στη συνέχεια, αναλύεται η ονοματολογία των βοτάνων και των μπαχαρικών, εξερευνώντας τα γευστικά τους προφίλ μέσω της χρήσης αγγλικών επιθέτων, ενώ καλύπτεται και η σωστή χρήση και ανάμειξή τους, μέσω της χρήσης των κατάλληλων ρημάτων στα αγγλικά. Αναλύονται οι πρωτεΐνες, τα είδη κρέατος, πουλερικών και θαλασσινών που χρησιμοποιούνται στη μαγειρική, οι μέθοδοι διαχείρισης, οι τεχνικές μαγειρέματος και οι γευστικοί συνδυασμοί. Στην κατηγορία των δημητριακών και των οσπρίων, αναφέρονται τα βασικά δημητριακά (rice, wheat) και όσπρια (lentils, beans), καθώς και οι τεχνικές μαγειρέματος και οι παραλλαγές τους σε κάθε πολιτισμό. Για τη διδασκαλία της υποενότητας, προτείνεται η χρήση εννοιολογικών χαρτών και εικόνων, με σκοπό την καλύτερη οπτική απεικόνιση των διαφόρων κατηγοριών και την ευκολότερη απομνημόνευσή τους. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες χωρίζονται σε ομάδες εργασίας, ώστε να δημιουργήσουν μενού χρησιμοποιώντας βασικά υλικά, ενισχύοντας τη δημιουργικότητά τους και ανακαλώντας παράλληλα την απαιτούμενη αγγλική ορολογία.

2.3.A.3 | ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΣΥΝΤΑΓΩΝ

Σε αυτή την υποενότητα, γίνεται ανακεφαλαίωση της βασικής αγγλικής ορολογίας/ονοματολογίας που σχετίζεται με τις μαγειρικές τεχνικές, με έμφαση στον τρόπο με τον οποίο αυτές οι τεχνικές χρησιμοποιούνται στην καθημερινή μαγειρική. Καθώς η διάκριση ανάμεσα στις βασικές και τις εξειδικευμένες τεχνικές είναι σημαντική για την οργάνωση της γνώσης και της πρακτικής εφαρμογής στην κουζίνα, γίνεται αναφορά ανάμεσα στις βασικές και τις πιο εξειδικευμένες τεχνικές και εξετάζεται η ορολογία μαγειρέματος σε υψηλή ή χαμηλή θερμοκρασία, με λίπος ή μέσα σε ζωμό, σε κάρβουνα, σχάρα ή σε φούρνο. Αναλύεται η αγγλική ορολογία πιο εξειδικευμένων τεχνικών που χρησιμοποιούνται για να δώσουν γρήγορα χρώμα και γεύση στο φαγητό, ή να διατηρήσουν τα χρώματα και την υφή των λαχανικών, και αναλύονται όροι όπως “roasting”, “grilling”, “simmering” και “braising”. Προτεινόμενη εκπαιδευτική μέθοδος είναι αυτή της ανάθεσης ομαδικής εργασίας, κατά την οποία οι εκπαιδευόμενοι/-ες συνεργάζονται για να δημιουργήσουν ένα πλήρες μενού, μεταφράζοντας τα υλικά και αναλύοντας τις προτεινόμενες μεθόδους παρασκευής των πιάτων στη αγγλική γλώσσα. Καθώς οι βασικές τεχνικές αποτελούν τη ραχοκοκαλιά της καθημερινής μαγειρικής, ενώ οι εξειδικευμένες τεχνικές προσφέρουν δυνατότητες για πιο περίπλοκες και εκλεπτυσμένες γεύσεις, με την κατανόηση και την εφαρμογή αυτών

των τεχνικών, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναπτύσσουν δεξιότητες που θα τους επιτρέψουν να δημιουργήσουν ποικιλία γευμάτων με διεθνείς επιρροές.

2.3.A.4 | ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑΣ ΜΙΑΣ ΣΥΝΤΑΓΗΣ

Στην παρούσα υποενότητα, αναλύεται το λεξιλόγιο που απαιτείται για τη λεπτομερή περιγραφή προετοιμασίας μιας συνταγής. Παρουσιάζονται οι απαραίτητες αγγλικές συνδυαστικές λέξεις και φράσεις ώστε να υπάρχει συνοχή, χρονική αλληλουχία και ακρίβεια στην παροχή οδηγιών για μια συνταγή. Παράλληλα, εξετάζεται η ορολογία για την περιγραφή της εκάστοτε παρασκευής και περιγράφονται αναλυτικά οι μονάδες μέτρησης βάρους, όγκου και χρόνου, για την εξασφάλιση της σωστής εκτέλεσης κάθε συνταγής. Στη συνέχεια, η υποενότητα επικεντρώνεται στην ονοματολογία λαχανικών και φρούτων και προχωρά στην ορολογία σχετικά με είδη κρεατικών, ψαριών και θαλασσινών. Γίνεται αναλυτική αναφορά, επίσης, στα σκεύη και τα εργαλεία μιας επαγγελματικής κουζίνας, με στόχο να χρησιμοποιούνται σωστά, καθώς η ορθή χρήση τους αποτελεί θεμελιώδη γνώση για την επιτυχία στην επαγγελματική μαγειρική και τη δημιουργία αυθεντικών πιάτων. Εκπαιδευτικές τεχνικές που προτείνονται, εκτός της εισήγησης, είναι η αξιοποίηση ψηφιακού προβολέα και εκπαιδευτικών πολυμέσων, η ανάθεση ομαδοσυνεργατικών εργασιών, το παιχνίδι ρόλων με προσομοίωση με σκοπό την εξάσκηση στη χρήση της αγγλικής ορολογίας, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να μπορούν τόσο να διαβάσουν και να κατανοούν όσο και να εκτελούν αγγλόφωνες συνταγές με επιτυχία, ενσωματώνοντας τις κατάλληλες τεχνικές και διατηρώντας την αυθεντικότητα των γεύσεων. Η εν λόγω υποενότητα εστιάζεται, τέλος, στην εκμάθηση της αγγλικής γλώσσας με έμφαση στον γαστρονομικό τουρισμό. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναπτύσσουν γλωσσικές δεξιότητες ώστε να επικοινωνούν αποτελεσματικά με διεθνές κοινό και να παρέχουν πληροφορίες για την τοπική κουζίνα και τις γαστρονομικές δραστηριότητες και εμπειρίες που προσφέρονται, καθώς και να αντιμετωπίζουν εξειδικευμένες ερωτήσεις και αιτήματα.

2.3.A.5 | ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΙΕΡΑΡΧΙΑΣ ΣΤΟΝ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΧΩΡΟ

Στην παρούσα υποενότητα, παρουσιάζεται στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες η διάρθρωση της ιεραρχίας στον επαγγελματικό χώρο της κουζίνας (Kitchen brigade), και γίνεται εκτενής αναφορά στον ρόλο και στις διακριτές ευθύνες και καθήκοντα του καθενός από αυτούς. Παρουσιάζονται και αναλύονται ο ρόλος του/της kitchen chef, υπεύθυνου/-ης για τον συντονισμό όλων των δραστηριοτήτων της κουζίνας, και του/της deputy ή second kitchen chef, ο/η οποίος/-α βοηθά τον/τη chef σε όλα του/της τα καθήκοντα και τον/την αντικαθιστά όταν είναι απαραίτητο. Επίσης, αναφέρονται η διάρθρωση, η ιεράρχηση και οι αρμοδιότητες κάθε μέλους της κουζίνας, όπως των υπευθύνων για συγκεκριμένα τμήματα της κουζίνας, και αναλύονται όροι όπως “sauce maker”, “sauté cook”, “junior cook”, “grill cook” και “entrée preparer”. Ως εκπαιδευτική δραστηριότητα εμπέδωσης, ο/η εκπαιδευτής/-τρια οργανώνει

παιχνίδια ρόλων, διαμορφώνοντας την αίθουσα ώστε να μοιάζει με επαγγελματική κουζίνα, προετοιμάζει κάρτες ρόλων που περιγράφουν τους χαρακτήρες των συμμετεχόντων/-ουσών, προτείνει υποδείγματα διαλόγων και σεναρίων που μπορεί να προκύψουν σε μία κουζίνα και προβαίνει σε μια γρήγορη ανασκόπηση των βασικών φράσεων και όρων που χρησιμοποιούνται. Ακολουθεί η προσομοίωση, κατά την οποία οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναλαμβάνουν διάφορους ρόλους στην κουζίνα και καταγράφονται παρατηρήσεις. Μέσω ανατροφοδότησης και συζήτησης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αντιλαμβάνονται τι μπορεί να βελτιωθεί στη χρήση της αγγλικής γλώσσας, και ο/η εκπαιδευτής/-τρια παρέχει συμβουλές και διορθώσεις. Συνολικά, η εν λόγω υποενότητα στοχεύει στην κατανόηση της ιεραρχίας και των αρμοδιοτήτων κάθε μέλους της κουζίνας, στη βελτίωση της ικανότητας των εκπαιδευομένων να επικοινωνούν αποτελεσματικά στα αγγλικά σε ρεαλιστικές συνθήκες και στην ενίσχυση της αυτοπεποίθησής τους στη χρήση της αγγλικής γλώσσας.

2.3.A.6 | ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΕΣ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ

Σε αυτή την υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες επικεντρώνονται στον τρόπο παραγγελίας πρώτων υλών στην αγγλική γλώσσα. Αρχικά, καθώς η ανάπτυξη καλών πρακτικών με στόχο την αποτελεσματική επικοινωνία είναι καίριας σημασίας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες διδάσκονται δεξιότητες όπως είναι η σαφήνεια, η ευγένεια και η επαγγελματική συμπεριφορά. Στο πλαίσιο αυτό, ορίζονται οι βασικές αρχές επικοινωνίας για την καλύτερη συνεργασία με συναδέλφους/-ισσες και προμηθευτές από όλες τις εθνικές, κοινωνικές και πολιτισμικές ομάδες. Παρουσιάζονται τεχνικές διαλόγου και τρόποι λεκτικής και μη λεκτικής επικοινωνίας, με απώτερο στόχο την εξασφάλιση της κατανόησης των οδηγιών από όλους/-ες τους/τις εμπλεκόμενους/-ες. Έτσι, για να αποκτηθούν δεξιότητες προφορικής επικοινωνίας, δίνεται ιδιαίτερη προσοχή στην ορθή εκφορά της αγγλικής γλώσσας, επειδή είναι ουσιώδης για την αποφυγή παρεξηγήσεων. Γίνεται προσομοίωση διαλόγων με θέμα την παραγγελία πρώτων υλών και καλλιεργούνται δεξιότητες αναζήτησης πληροφοριών σχετικά με τη διαθεσιμότητα προϊόντων. Γίνεται εστίαση στη σαφήνεια που πρέπει να υπάρχει σχετικά με τις απαιτήσεις στην παραγγελία υλικών, τη διαχείριση αποθεμάτων και την αλληλεπίδραση με προμηθευτές στα αγγλικά. Τέλος, γίνεται αναφορά στην ευγενική έκφραση παραπόνων σε περίπτωση προβλήματος σχετικού με την παραγγελία ή την ποιότητα των πρώτων υλών. Συνοψίζοντας, ο στόχος της εν λόγω μαθησιακής υποενότητας είναι η καλλιέργεια δεξιοτήτων επικοινωνίας με διεθνές, αγγλόφωνο κοινό, με έμφαση τόσο στην ορθή χρήση της γλώσσας όσο και στη σαφήνεια, την ευγένεια, τον επαγγελματισμό και την αξιοπιστία.

2.3.A.7 | ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΚΑΙ ΣΥΓΓΡΑΦΗ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟΥ

Η παγκοσμιοποίηση της οικονομίας και της αγοράς εργασίας έχει συμβάλει στη δημιουργία πολυπολιτισμικών εργασιακών περιβαλλόντων, επιτάσσοντας την καλή

γνώση της αγγλικής γλώσσας για επαγγελματικούς σκοπούς. Στην κατεύθυνση αυτή, η υποενοότητα παρέχει στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες γνώσεις και δεξιότητες που διευκολύνουν τη συγγραφή βιογραφικού και την προετοιμασία και συμμετοχή σε συνέντευξη εργασίας στα αγγλικά. Μελετώνται απλά παραδείγματα αγγλόφωνων αγγελιών εργασίας και αναγνωρίζονται τα βασικά μέρη μίας αγγελίας. Παρουσιάζεται αναλυτικά η διαδικασία συγγραφής βιογραφικού (CV), το οποίο περιλαμβάνει την καταγραφή των εκπαιδευτικών και επαγγελματικών επιτευγμάτων των εκπαιδευόμενων, των δεξιοτήτων τους και των εμπειριών τους στον τομέα της μαγειρικής, και τονίζεται η σημασία του να είναι αυτό σαφές, συνοπτικό, ελκυστικό και να ενισχύει την επαγγελματική τους εικόνα. Αναλύεται η σημασία της συνοδευτικής επιστολής του βιογραφικού (Cover letter), αναφέρονται οι τυποποιημένες φράσεις μιας συνοδευτικής επιστολής, και οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξασκούνται στη σύνταξη επιστολών που ανταποκρίνονται στο περιεχόμενο των αγγελιών που τους/τις ενδιαφέρουν, εξηγώντας γιατί είναι οι ιδανικοί/-ές υποψήφιοι/-ες. Επιπλέον, προτείνονται παιχνίδια ρόλων, τα οποία προετοιμάζουν τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες για ενδεχόμενη συνέντευξή τους στην αγγλική γλώσσα. Ο/Η εκπαιδευτής/-τρια δημιουργεί λίστες με συχνές ερωτήσεις, και οι εκπαιδευόμενοι/-ες εναλλάσσονται στους ρόλους εργοδότη/-τριας και υποψηφίου/-ας, κάνουν ερωτήσεις και απαντούν με αυτοπεποίθηση και σωστή χρήση της γλώσσας του σώματος. Συνοψίζοντας, η αναζήτηση επαγγελματικών ευκαιριών απαιτεί γνώσεις, κοινωνικές δεξιότητες και ένα προσεκτικά σχεδιασμένο επαγγελματικό βιογραφικό, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να μεγιστοποιήσουν τις πιθανότητες επιτυχίας τους στον ανταγωνιστικό τομέα της μαγειρικής τέχνης.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Moris, C. E. (2016). *Flash on English for Cooking, Catering & Reception* (2nd edition). Loreto: ELI Publishing.
2. McGee, H. (2004). *On Food and Cooking. The Science and Lore of the Kitchen*. New York: Scribner.

Συμπληρωματικές

3. The Culinary Institute of America. (2024). *The Professional Chef* (10th Edition). Published by John Wiley & Sons, Inc.
4. Marks, S. (2019). *Mastering grammar for B1. Greek edition*. Limassol: Burlington Books.

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι οι εκπαιδευόμενοι/-ες να διδαχθούν τεχνικές σχεδιασμού, σύνθεσης και παρασκευής εδεσμάτων, ελληνικών και διεθνών, πολυσύνθετης τεχνικής και εμφάνισης. Στην ενότητα αυτή, αναλύονται εξειδικευμένα υλικά, ιδιαίτερες τεχνικές επεξεργασίας και σύνθεσης πιάτων, ώστε να επιτευχθεί η δημιουργία παρασκευασμάτων με αυξημένο βαθμό δυσκολίας. Παρουσιάζονται και κατηγοριοποιούνται, τόσο σε θεωρητικό όσο και σε πρακτικό επίπεδο, τεχνικές επεξεργασίας υλικών και τροφίμων που απαρτίζουν τις βασικές κατηγορίες κύριων εδεσμάτων. Παρέχονται οι θεμελιώδεις γνώσεις για τα είδη κρεάτων, ψαριών και υδροβίων, καθώς και για τις διαδικασίες του τεμαχισμού, της μεριδοποίησης και της αξιοποίησης κάθε επιμέρους υλικού.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Κατηγοριοποιούν τα διάφορα είδη γευμάτων,
- Σχεδιάζουν πιάτα ειδικών κατηγοριών,
- Αναγνωρίζουν τα χαρακτηριστικά, τις διακρίσεις στα γένη, τις κατηγορίες και τις μεθόδους επεξεργασίας των πουλερικών, των πτερωτών κυνηγιών, των χοιρινών, των παραπροϊόντων και υποπροϊόντων τους καθώς και των υδρόβιων οργανισμών,
- Οργανώνουν τον χώρο ευθύνης τους, τα πόστα εργασίας, τα προϊόντα και τις πρώτες ύλες προς επεξεργασία, σύμφωνα με τους κανόνες της υγιεινής και με σεβασμό στους κανόνες ορθής πρακτικής,
- Επεξεργάζονται τα πουλερικά, τα πτερωτά κυνήγια και τα χοιρινά σε επιμέρους τεμάχια, κύρια και δευτερεύοντα, σύμφωνα με την κατηγορία του προσφερόμενου εδέσματος και σε συνδυασμό με το τελικό αποτέλεσμα,
- Επεξεργάζονται τα ψάρια αλμυρού και γλυκού νερού, τα μαλακόστρακα, τα οστρακόδερμα και τα μαλάκια σύμφωνα με την κατηγορία του προσφερόμενου εδέσματος και σε συνδυασμό με το τελικό αποτέλεσμα,
- Επεξεργάζονται τα παραπροϊόντα και τα υποπροϊόντα των πουλερικών, χοιρινών και ψαριών δημιουργώντας τη βάση για διάφορες κατηγορίες εδεσμάτων,
- Παρασκευάζουν τα επιμέρους τεμάχια των παραπάνω προετοιμασμένων και επεξεργασμένων υλικών, μέσω των καταλληλότερων τρόπων ψησίματος, με άμεση ή έμμεση θερμική επεξεργασία και με τις αντίστοιχες γαρνιτούρες, σάλτσες και συνδυασμούς, προσφέροντας υψηλής αξίας τελικό προϊόν/πιάτο, μέσα από ενδεικτικές παρασκευές,
- Χρησιμοποιούν τα ειδικά προϊόντα επεξεργασίας, δημιουργώντας πιάτα ανάλογα με την κατηγορία του εδέσματος στο μενού,

- Επιλέγουν, με σεβασμό στην εποχικότητα και σε συνδυασμό με τη βέλτιστη πρακτική εφαρμογή, υλικά και τεχνικές που επιτρέπουν τη δημιουργία παρασκευασμάτων ως αυτοτελών ολοκληρωμένων πιάτων.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Kosher / Halal / Vegan / Vegetarian / Ψάρια / Αλιεύματα /

Τεμαχισμός πουλερικών / Πουλερικά / Πτερωτά κυνήγια / Αλλαντικά.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (4), Σύνολο (6).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

Α/Α	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΠΙΑΤΩΝ ΕΙΔΙΚΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ
2	ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΨΑΡΙΩΝ
3	ΛΟΙΠΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΑΛΙΕΥΜΑΤΩΝ
4	ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ ΧΟΙΡΙΝΩΝ
5	ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΧΟΙΡΙΝΩΝ
6	ΕΙΔΗ, ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ
7	ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ
8	ΠΤΕΡΩΤΑ ΚΥΝΗΓΙΑ
9	ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΑΛΛΑΝΤΟΠΟΙΪΑΣ
10	ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΓΑΡΝΙΤΟΥΡΑΣ

Κείμενο αναφοράς

2.3.B.1 | ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΠΙΑΤΩΝ ΕΙΔΙΚΩΝ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ

Στην παρούσα υποενότητα, αποφασφνίζεται τι περιλαμβάνει ο σχεδιασμός πιάτων ειδικών κατηγοριών, όπως kosher, halal, vegan, gluten free και lactose free. Περιγράφονται οι βασικές αρχές, κανόνες και περιορισμοί που διέπουν την παρασκευή των γευμάτων αυτών, οι οποίοι ανταποκρίνονται στις θρησκευτικές, ηθικές και διατροφικές απαιτήσεις των ατόμων που τα καταναλώνουν. Για την κατηγορία των πιάτων kosher, εξηγούνται οι νόμοι της εβραϊκής διατροφής, συμπεριλαμβανομένων των κανόνων για τον διαχωρισμό κρέατος και γαλακτοκομικών προϊόντων, την πιστοποίηση των συστατικών και την προετοιμασία των τροφίμων σύμφωνα με τις κατευθυντήριες γραμμές που υπάρχουν. Εξηγείται η διαδικασία σφαγής των ζώων σύμφωνα με τις αρχές του halal, η αποφυγή συγκεκριμένων συστατικών όπως το χοιρινό και το αλκοόλ, καθώς και η ανάγκη για πιστοποίηση των προϊόντων ως halal από αναγνωρισμένους

φορείς. Στην κατηγορία των vegan πιάτων, αποσαφηνίζεται η σημασία της αποφυγής όλων των ζωικών προϊόντων και παραγώγων, ενώ επίσης περιγράφονται οι προκλήσεις και οι λύσεις για την εξασφάλιση μιας ισορροπημένης και θρεπτικής διατροφής χωρίς τη χρήση κρέατος, γαλακτοκομικών, αβγών και άλλων παραγώγων. Ακολουθεί αναφορά σε άλλες ειδικές κατηγορίες πιάτων, όπως αυτά χωρίς γλουτένη ή χωρίς λακτόζη, όπου περιγράφονται οι ανάγκες των ατόμων με δυσανεξίες ή αλλεργίες και πώς μπορεί να προσαρμόζεται η διατροφή τους, αποφεύγοντας ορισμένα συστατικά. Για τη διδασκαλία, προτείνεται οι εκπαιδευόμενοι/-ες να δημιουργήσουν ομάδες εργασίας, στις οποίες θα μελετήσουν περιπτώσεις με αντίστοιχη θεματολογία για την ανάπτυξη της κριτικής τους σκέψης. Για την ανάπτυξη του θέματος, προτείνεται η χρήση διαδραστικών εργαστηρίων, όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα μπορούν να παρασκευάσουν διάφορα πιάτα ειδικών κατηγοριών.

2.3.B.2 | ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΨΑΡΙΩΝ

Στην παρούσα μαθησιακή υποενοότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τις κατηγορίες των ψαριών και τη συστηματική τους ταξινόμηση, και διακρίνουν τα σημαντικότερα ενδημικά είδη ψαριών. Περιγράφονται οι βασικές διακρίσεις τους ανάλογα με την κλάση (οστειχθύες και χονδριχθύες), το περιβάλλον που ζούνε (γλυκού και αλμυρού νερού) και την ποσότητα λίπους που περιέχουν (χαμηλής, μέτριας και υψηλής περιεκτικότητας). Οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατανοούν τις βέλτιστες πρακτικές αλίευσης, τους παράγοντες που επηρεάζουν την ποιότητα και τη διαθεσιμότητά τους, ενώ αντιλαμβάνονται τη σημασία της εποχικότητας και του ελάχιστου επιτρεπόμενου μεγέθους αλίευσης που ισχύει για κάθε είδος. Στη συνέχεια, διδάσκονται τους τρόπους αναγνώρισης της φρεσκότητας των ψαριών και διαχειρίζονται ανάλογα με το κάθε είδος (πλύσιμο, απολέπιση, καθάρισμα, απεντέρωση, φιλετάρισμα ή τεμαχισμός κ.ά.). Επίσης, εξοικειώνονται με τους τρόπους συντήρησης και διατήρησης των ψαριών, και παρασκευάζουν παστά, μαρινάτα, αποξηραμένα και καπνιστά ψάρια χρησιμοποιώντας τοπικά προϊόντα και βότανα κάθε περιοχής. Επίσης, μαθαίνουν τα διάφορα εμπορικά είδη αβγών των ψαριών και κατανοούν τη σημασία της μεταποίησής τους. Έμφαση δίνεται στις μεθόδους ψησίματος των ψαριών, όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ες εφαρμόζουν τις πιο κατάλληλες τεχνικές μαγειρέματος για τη βέλτιστη αξιοποίηση κάθε είδους ψαριού. Ορισμένες από αυτές είναι οι εξής: μενιέρ, ποσέ, ατμού, παπιγιότ, ποπιέτα, σε κρούστα αλατιού, μέσα σε ζύμη, αλά Σπετσιώτα, σαβόρο, πλακί, πανέ, κροκέτες ψαριού, μπακαλιάρος σκορδαλιά, fish & chips κ.ά. Στο εργαστήριο, οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να εφαρμόσουν τις βασικές μεθόδους παρασκευής ψαριών, συνδυάζοντας γνώσεις που απέκτησαν στις προηγούμενες υποενοότητες, ενώ για ανατροφοδότηση προτείνεται η χρήση web. 2.0 εκπαιδευτικών εργαλείων.

2.3.B.3 | ΛΟΙΠΕΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΑΛΙΕΥΜΑΤΩΝ

Σε αυτή τη μαθησιακή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες διδάσκονται τις κατηγορίες αλιευμάτων, όπως τα μαλάκια, τα καρκινοειδή και άλλα θαλάσσια είδη. Περιγράφονται οι βασικές κατηγορίες, τα είδη που περιλαμβάνουν, οι κατάλληλες εποχές αλίευσης και τα μεγέθη αλίευσής τους. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναγνωρίζουν τη σημασία της εποχικότητας και του κατάλληλου μέγεθος αλίευσης, τα οποία είναι κρίσιμα για τη διατήρηση των πληθυσμών και την ποιότητα των αλιευμάτων. Διακρίνουν τις διαφορές ανάμεσα στα είδη των κεφαλοπόδων (π.χ. μεταξύ χταποδιού και μοσχιού, θράψαλου και καλαμαριού), αναγνωρίζουν τα διάφορα είδη διθύρων, όπως είναι τα μύδια, τα χτένια, τα στρείδια, οι γυαλιστερές, οι αχιβάδες κ.ά. Επίσης, διακρίνουν τα μαλακόστρακα δεκάποδα (καραβίδες, αστακούς, αστακοκαραβίδες, καβούρια, γαρίδες κ.ά.) και διδάσκονται τους τρόπους επεξεργασίας και διαχείρισής τους. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν δημιουργικά πιάτα με αλιεύματα από όλες τις κατηγορίες. Ενδεικτικές παρασκευές είναι οι εξής: γαρίδες Μικρολίμανο, μύδια σαγανάκι, μύδια τηγανιτά, μύδια αχνιστά, μυδοπίλαφο, χτένια ογκρατέν, χταπόδι με κοφτό μακαρονάκι, χταπόδι στιφάδο, χταπόδι με βότανα στο sous vide, σουπιές με άγρια χόρτα, καλαμαράκια τηγανιτά, καλαμαράκια γεμιστά κ.ά. Η υποενότητα αυτή συνδέεται άμεσα με την αειφόρο αλιεία και τις πρακτικές διατήρησης των ιχθυοαποθεμάτων, καθώς και με την ανάγκη για ποιοτικά και ασφαλή τρόφιμα. Στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών μαθησιακών μεθόδων και για την καλύτερη κατανόηση των διαφόρων ειδών αλιευμάτων, προτείνεται η χρήση εννοιολογικών χαρτών, εικόνων και η παρουσίαση βίντεο. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να εφαρμόσουν στο εργαστήριο τις βασικές μεθόδους παρασκευής, συνδυάζοντας γνώσεις που απέκτησαν στις προηγούμενες μαθησιακές υποενότητες, ενώ για ανατροφοδότηση προτείνεται η χρήση ερωτηματολογίων με σχηματική απεικόνιση των διαφόρων ειδών. Επίσης, προτείνεται η συμμετοχή σε προγράμματα προστασίας των θαλάσσιων οικοσυστημάτων.

2.3.B.4 | ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ ΧΟΙΡΙΝΩΝ

Στην παρούσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τις κατηγορίες των χοιρινών κρεάτων (χοιρίδιο γάλακτος, γουρουνόπουλο/γουρουνοπούλα, χοίρος ή κάπρος/γουρούνα) και κατανοούν τις βασικές αρχές και τους τρόπους τεμαχισμού του χοιρινού κρέατος. Αναλυτικότερα, εξετάζεται ο τρόπος με τον οποίο διαχωρίζονται τα διάφορα μέρη του χοιρινού κρέατος, με στόχο την κατανόηση των βασικών τεχνικών τεμαχισμού και την αξιοποίηση των επιμέρους τεμαχίων για διαφορετικές χρήσεις. Μαθαίνουν για τη σύσταση του σφαγίου του χοιρινού, τον ρόλο της ωρίμανσής του, τη θρεπτική του αξία, και εφαρμόζουν ορθές πρακτικές για την επεξεργασία, τη συντήρηση και την αποθήκευση του κρέατος. Διακρίνουν τις τρεις κατηγορίες στις οποίες χωρίζονται τα χοιρινά κρέατα. Η 1η κατηγορία περιλαμβάνει το μπουτί, το καρέ, με τις πρώτες μπριζόλες του-τις κοτολέτες και το ψαρονέφρι (φιλέτο) με τις κοτολέτες του. Η 2η κατηγορία περιλαμβάνει τη σπάλα, τις σπαλομπριζόλες, το στήθος

και τον λαιμό. Στην 3η κατηγορία ανήκουν το κεφάλι, το κότσι και η ουρά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναγνωρίζουν τα διάφορα τεμάχια και επιλέγουν την κατάλληλη τεχνική κοπής ανάλογα με την επιθυμητή χρήση, τηρώντας όλους τους κανόνες ορθής υγιεινής πρακτικής και ασφάλειας. Για τη διδασκαλία της υποενότητας, προτείνεται η εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων και η εκτέλεση ομαδικών εργασιών, όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα έχουν την ευκαιρία να εφαρμόσουν τις γνώσεις που απέκτησαν. Ως πρακτικές μελέτης και εξάσκησης προτείνονται οι τεχνικές λήψης αποφάσεων για την αποδοτική εκμετάλλευση των διαφόρων τμημάτων του χοιρινού κρέατος. Για την ανάπτυξη του θέματος, προτείνεται η συμμετοχή σε δραστηριότητες που προσομοιώνουν συνθήκες πραγματικού περιβάλλοντος εργασίας.

2.3.B.5 | ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΧΟΙΡΙΝΩΝ

Η παρούσα υποενότητα συνδέεται άμεσα με την προηγούμενη υποενότητα «Τεμαχισμός χοιρινών», καθώς οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναγνωρίζουν τα διάφορα τεμάχια του χοιρινού και επιλέγουν τα ανάλογα μέρη για την παρασκευή εδεσμάτων με κύριο συστατικό το χοιρινό κρέας. Στο πλαίσιο αυτό, εφαρμόζουν διάφορες τεχνικές προετοιμασίας και επεξεργασίας χοιρινών κρεάτων πριν από το μαγείρεμα, όπως είναι η τρυφεροποίηση, το μαρινάρισμα, η παρασκευή κιμά, το πανάρισμα κ.ά. Αναφέρονται συνταγές που συνδυάζουν χοιρινό με λαχανικά, με έμφαση στην ισορροπία γεύσεων και την επίτευξη του σωστού χρόνου μαγειρέματος, και παρουσιάζονται συνταγές για χοιρινά ρολά και χοιρινά με γέμιση, με έμφαση στις τεχνικές δεσίματος και μαγειρέματος, αλλά και στην παρουσίαση και την τελική εμφάνιση του πιάτου. Όσον αφορά το ψήσιμο, εξετάζεται η διαδικασία για το ψήσιμο ολόκληρου χοιρινού, συμπεριλαμβανομένων των ετοιμασιών και του χρόνου μαγειρέματος για την επίτευξη της επιθυμητής υφής και γεύσης. Επιπλέον, περιγράφονται οι τεχνικές ψησίματος για πανσέτες, ψαρονέφρι, μπριζόλες, σουβλάκια, κοντοσούβλι, γύρο κ.ά., με έμφαση στη διατήρηση της υγρασίας και την αποφυγή του στεγνώματος του κρέατος. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα προχωρήσουν στην παρασκευή φαγητών με βάση το χοιρινό κρέας εφαρμόζοντας τις τεχνικές που έχουν διδαχθεί. Ορισμένες συνταγές με χοιρινό κρέας είναι οι εξής: χοιρινό με πρασοσέλινο, χοιρινό με λάχανο, σαρκιτιέρ, τηγανιά, μπλανκέ, ρολό γεμιστό, σνίτσελ, ψαρονέφρι γεμιστό με γραβιέρα και λιαστή τομάτα κ.λπ. Οι εκπαιδευτικές μέθοδοι που προτείνονται για την ενεργοποίηση των εκπαιδευομένων περιλαμβάνουν την εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων, τη συζήτηση και τη βιωματική μάθηση μέσω πρακτικών εφαρμογών στην κουζίνα, παρασκευάζοντας συνταγές με χοιρινό κρέας.

2.3.B.6 | ΕΙΔΗ, ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ

Στην τρέχουσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με τις κατηγορίες των πουλερικών (κοτόπουλο, γαλοπούλα, πάπια, χήνα, φραγκόκοτα κ.ά.) και κατανοούν τις βασικές αρχές και τεχνικές για τον τεμαχισμό τους. Έμφαση δίνεται στα κοτό-

πουλα και στις ονομασίες τους ανάλογα με το φύλο και την ηλικία (νεοσσός, πουλάδα, πετεινάρι, κοτόπουλο, κότα, κόκορας ή πετεινός, καπόνι). Στη συνέχεια, παρουσιάζεται ο τρόπος με τον οποίο διαχωρίζονται τα διάφορα μέρη των πουλερικών, με στόχο την κατανόηση των βασικών τεχνικών τεμαχισμού και την αξιοποίηση των επιμέρους τεμαχίων για διαφορετικές χρήσεις. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν για τη σύσταση των πουλερικών, τον ρόλο της ωρίμανσης, τη θρεπτική τους αξία, και εφαρμόζουν ορθές πρακτικές για την επεξεργασία, τη συντήρηση και την αποθήκευσή τους. Αναγνωρίζουν τα διάφορα τεμάχια και επιλέγουν την κατάλληλη τεχνική κοπής ανάλογα με την επιθυμητή χρήση, τηρώντας όλους τους κανόνες ορθής υγιεινής πρακτικής και ασφάλειας. Ταυτόχρονα, αξιοποιούν όλα τα οστέινα μέρη (καρκάσες) και τα περισσεύματα από την κοπή, τα οποία θα χρησιμοποιηθούν για την παρασκευή φον πουλερικών. Επίσης, εφαρμόζουν τεχνικές μαριναρίσματος, δεσίματος (ολόκληρου πουλερικού ή ρολού) και εξοικειώνονται με τη χρήση της σακοράφας και της λαρδοβελόνας. Για τη διδασκαλία, προτείνονται η εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων, η προβολή βίντεο και εικόνων και η παρουσίαση ομαδικών εργασιών που προάγουν τη συνεργασία των εκπαιδευομένων. Για την ανάπτυξη του θέματος, προτείνεται η συμμετοχή σε δραστηριότητες που προσομοιώνουν συνθήκες πραγματικού περιβάλλοντος εργασίας.

2.3.B.7 | ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΠΟΥΛΕΡΙΚΩΝ

Η παρούσα υποενότητα συνδέεται άμεσα με την υποενότητα «Είδη, κατηγορίες και τεμαχισμός πουλερικών», γιατί σε αυτή αναλύονται οι τεχνικές, οι τρόποι ψήσιματος και οι μέθοδοι για την παρασκευή διαφόρων ειδών πουλερικών. Η υποενότητα περιλαμβάνει, επίσης, πρακτικές για τη σωστή αποθήκευση και συντήρηση των πουλερικών, με έμφαση στη διασφάλιση της φρεσκάδας και της ποιότητάς τους. Δίνεται έμφαση στην εφαρμογή σωστών μεθόδων αποθήκευσης, όπως είναι η ψύξη και η κατάψυξη, και στη χρήση αποστειρωμένων εργαλείων. Εξηγούνται οι λόγοι για τους οποίους είναι σημαντικό τα πουλερικά να τοποθετούνται σε συγκεκριμένο σημείο μέσα στο ψυγείο, αν δεν υπάρχει ξεχωριστό, ενώ δίνονται αναλυτικές οδηγίες για την αποφυγή παράλληλης επιμόλυνσης. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν εδέσματα με πουλερικά, όπως: κοτόπουλο ρολό ή και γεμιστό, φούρνου, σχάρας, μπαλοτίνα, μους κοτόπουλου, πανέ, τηγανιτό, κοτόπουλο με αρακά, κοτόπουλο σασέρ, μπλανκέ, φρικασέ, κεμπάπ κοτόπουλου, κοτοσουβλάκια, κοτομπέικον, κατσιατόρε, αλά κρεμ, γαλοπούλα γεμιστή, κόκορα κρασάτο, κόκορα παστιτσάδα, πάπια με σάλτσα πορτοκαλιού, χήνα ψητή με μήλα, φραγκόκοτα ψητή μέσα σε λαδόκολλα κ.ά. Στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών μαθησιακών μεθόδων και για την καλύτερη κατανόηση των διαφόρων παρασκευών πουλερικών, συστήνεται η χρήση εννοιολογικών χαρτών, εικόνων και η παρουσίαση βίντεο. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να εφαρμόσουν στο εργαστήριο τις βασικές μεθόδους παρασκευής πουλερικών, χρησιμοποιώντας τις γνώσεις που απέκτησαν και αξιοποιώντας το κάθε είδος και το κάθε τεμάχιο με τον ανάλογο τρόπο.

2.3.B.8 | ΠΤΕΡΩΤΑ ΚΥΝΗΓΙΑ

Στη συγκεκριμένη μαθησιακή υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν τα είδη των πτερωτών θηραμάτων και τους τρόπους αξιοποίησης και παρασκευής τους. Αναγνωρίζουν τη σημασία της προστασίας των διαφόρων ειδών πτερωτών κυνηγιών και κατανοούν την αναγκαιότητα εκτροφής τους με σκοπό την προστασία των άγριων ειδών και την αειφόρο ανάπτυξη. Υπογραμμίζεται ότι το κυνήγι πραγματοποιείται συγκεκριμένη εποχή του χρόνου. Στη συνέχεια, αναλύονται οι τρόποι διαχείρισης των πτερωτών κυνηγιών, οι οποίοι παρουσιάζουν σημαντικές διαφορές σε σχέση με τα υπόλοιπα πουλερικά, κυρίως λόγω της χαμηλότερης περιεκτικότητάς τους σε λίπος. Ορισμένα είδη που ανήκουν στα πτερωτά κυνήγια είναι η πέρδικα, ο φασιανός, το ορτύκι, το τρυγόνι, η φάσα, η μπεκάτσα, το αγριοπερίστερο. Στη συνέχεια, η υποενότητα επικεντρώνεται στις τεχνικές προετοιμασίας των πτερωτών θηραμάτων. Εξετάζεται η διαδικασία καθαρισμού και τεμαχισμού, που περιλαμβάνει την απομάκρυνση των πτερυγίων, των εντέρων και της εσωτερικής μεμβράνης. Εξηγούνται τα βήματα για τη σωστή προετοιμασία των θηραμάτων πριν από το μαγείρεμα, συμπεριλαμβανομένων των μεθόδων απομάκρυνσης τυχόν υπόλοιπων πτερυγίων ή άλλων μη επιθυμητών τμημάτων. Έμφαση δίνεται στην αποφυγή παράλληλων επιμολύνσεων, στην αναγκαιότητα του σιτέματος, του μαριναρίσματος και του δεσίματος πριν από το ψήσιμο. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν εδέσματα με πτερωτά κυνήγια, όπως: ορτύκια ψητά με αμπελόφυλλα, ορτύκια με κονιάκ και κυδώνια, μπεκάτσες σαλμί, σίχλες κρασάτες, φασιανό σιβέ, φασιανό σοτέ, κοτσύφια με ριζότο κ.λπ. Για τη διδασκαλία, προτείνονται η εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων και η εξέταση μελετών περίπτωσης με θέματα που καλλιεργούν τη συνεργασία και τη συμμετοχή των εκπαιδευομένων. Για την ανάπτυξη του θέματος, προτείνεται η ενεργή συμμετοχή των εκπαιδευομένων μέσω πρακτικών εφαρμογών στην κουζίνα, παρασκευάζοντας συνταγές πτερωτών κυνηγιών.

2.3.B.9 | ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΑΛΛΑΝΤΟΠΟΪΑΣ

Στην υποενότητα αυτή, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τα διάφορα προϊόντα αλλαντοποίησης, τη διαδικασία παραγωγής, τις τεχνικές παρασκευής τους, και κατανοούν τη σημασία που έχει η ασφαλή αποθήκευση και συντήρησή τους. Στην κατηγορία των αλλαντικών ανήκουν προϊόντα από σύγκοπτο κρέας, από τεμάχιο κρέατος και διάφορα άλλα προϊόντα, τα οποία συνήθως παρασκευάζονται με την προσθήκη αλατιού, μπαχαρικών και άλλων συστατικών, και μπορεί να υποβάλλονται σε διαδικασίες όπως το κάπνισμα ή η ξήρανση. Κάθε είδος αλλαντικού διακρίνεται από τις ιδιαίτερες πρώτες ύλες, τις μεθόδους επεξεργασίας και τη γεύση του, αντικατοπτρίζοντας τις παραδοσιακές και σύγχρονες τεχνικές παρασκευής τους. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν και δοκιμάζουν αλλαντικά όπως το ζαμπόν, το μπέικον, το σαλάμι μπίρας, το σαλάμι αέρος, το προσούτο, το παστράμι, τον παστουρμά, τα διάφορα είδη λουκάνικων (τύπου Φρανκφούρτης, σουτζούκι, πέταλο, με πράσο, με πορτοκάλι κ.ά.). Έμ-

φαση δίνεται στα τοπικά προϊόντα και στον τρόπο αξιοποίησής τους, όπως είναι το σύγκλινο Μάνης, το απάκι Κρήτης, ο καβουρμάς Έβρου, το προσούτο Ευρυτανίας, τα λουκάνικα Σουφλίου, τα λουκάνικα Τζουμαγιάς, τα λουκάνικα Κερκίνης Σερρών που παρασκευάζονται από βουβαλίσιο κρέας κ.λπ. Περιγράφονται οι μέθοδοι μαγειρέματος και σερβιρίσματος των αλλαντικών, π.χ. το ψήσιμο, το τηγάνισμα ή η κατανάλωσή τους ωμά, και μελετώνται συνταγές που τα αξιοποιούν σε ποικίλες παρασκευές, όπως σάντουιτς, πίτσες και ζυμαρικά, ενσωματώνοντας τις γεύσεις και τις υφές τους σε γευστικούς συνδυασμούς. Για τη διδασκαλία, προτείνεται η εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων, η προβολή βίντεο και εικόνων, καθώς και η παρουσίαση ομαδικών εργασιών που αναπτύσσουν τη συνεργασία των εκπαιδευομένων. Για την ανάπτυξη του θέματος, προτείνεται η συμμετοχή σε δραστηριότητες που προσομοιώνουν συνθήκες πραγματικού περιβάλλοντος εργασίας, καθώς και η γευσιγνωσία διαφόρων ειδών αλλαντικών.

2.3.B.10 | ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΓΑΡΝΙΤΟΥΡΑΣ

Στην παρούσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες προετοιμάζουν και δημιουργούν σύνθετες γαρνιτούρες, εστιάζοντας την προσοχή τους στην παρασκευή σύγχρονων και δημιουργικών πιάτων με ενσωμάτωση διαφόρων στοιχείων και τεχνικών μαγειρικής. Η υποενότητα συνδέεται με τη μαθησιακή ενότητα «Σύνθεση Μενού», παρέχοντας γνώσεις και δεξιότητες για την προετοιμασία, τον συνδυασμό και την παρουσίαση διαφόρων ειδών γαρνιτούρας που αναδεικνύουν τα κυρίως πιάτα. Αρχικά, αναλύονται τα βασικά είδη σύνθετων μορφών της, τα οποία περιλαμβάνουν γαρνιτούρες από λαχανικά, ρύζι, ζυμαρικά και πατάτες, καθώς και συνδυασμούς τους. Κάθε είδος εξετάζεται ως προς τις τεχνικές προετοιμασίας του, τα υλικά που χρησιμοποιούνται και την αρμονία των γεύσεων στο πιάτο. Επιπλέον, η υποενότητα καλύπτει τις μεθόδους προετοιμασίας της γαρνιτούρας με διάφορες πρώτες ύλες και τονίζεται η σημασία του ταιριάσματος της ανάλογα με το είδος, π.χ. του κρέατος ή του τρόπου ψησίματός του. Ακόμη, επισημαίνεται η χρήση της κατάλληλης ονοματολογίας της γαρνιτούρας του πιάτου, η οποία θα πρέπει να δένει αρμονικά με τα υπόλοιπα υλικά. Περιγράφονται τεχνικές για την παρασκευή πουρέ λαχανικών με χρήση μύλου λαχανικών ή θερμομπλέντερ για την επίτευξη της επιθυμητής υφής και τεχνικές καραμελοποίησης, με εστίαση της προσοχής στην ακριβή εφαρμογή της κάθε τεχνικής για τη διατήρηση των γεύσεων και υφών των υλικών. Για την παρουσίαση και το στήσιμο των πιάτων, δίνονται οδηγίες για τη σωστή διάταξη της γαρνιτούρας στο πιάτο, με στόχο την αισθητική παρουσίαση και την ενίσχυση της γεύσης των εδεσμάτων. Στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών μαθησιακών μεθόδων και για την καλύτερη κατανόηση των διαφόρων παρασκευών γαρνιτούρας, συστήνεται η χρήση εικόνων, η παρουσίαση βίντεο και η πρακτική εξάσκηση των εκπαιδευομένων με την παρασκευή διαφόρων ειδών γαρνιτούρας.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Γογόπουλος, Γ., Δούλης, Κ., Κόκκορης, Η. & Πορής, Β. (2016). *Για μάγειρες*. Αθήνα: Le Monde/Les Livres du Tourisme.
2. Χειλαδάκης, Σ. (2019). *Εγχειρίδιο Τεχνικού Μαγειρικής Τέχνης* (4η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Επτάλοφος.

Συμπληρωματικές

1. Αλεξιάδης, Α. Δ. (2009). *Μαθήματα ανατομίας και τεμαχισμού για επαγγελματίες chefs* (3η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Le Monde/Les Livres du Tourisme.
2. Κηπουρός, Κ., Δημητρακόπουλος, Ε. & Κατσώνης, Α. (2020). *Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης. Απαντήσεις στα θέματα των εξετάσεων πιστοποίησης ΕΟΠΠΕΠ* (4η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Λεξίτυπον.
3. The Culinary Institute of America. (2024). *The Professional Chef* (10th Edition). Published by John Wiley & Sons, Inc.

2.3.Γ • FOOD AND BEVERAGE MANAGEMENT II (ΚΟΣΤΟΛΟΓΗΣΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΑΤΩΝ)

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι η εισαγωγή των εκπαιδευομένων στις βασικές αρχές και λειτουργίες του Τμήματος Κοστολόγησης μιας επισιτιστικής επιχείρησης. Αναλύονται διεξοδικά βασικές έννοιες που αφορούν την κοστολόγηση των παρασκευασμάτων μιας επαγγελματικής κουζίνας. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες διδάσκονται βασικές λειτουργίες, όπως είναι η χρήση προτύπων, οι διακρίσεις κόστους, η κοστολόγηση άμεσων υλικών, εργατικών και λειτουργικών στοιχείων. Επιπλέον, μαθαίνουν τις σχέσεις απόδοσης προϊόντων και τιμολόγησης παρασκευασμάτων. Διδάσκονται μεθόδους σχεδιασμού της κοστολόγησης των παρασκευασμάτων και των λειτουργιών των επιχειρήσεων, ελέγχου των στοιχείων που απαρτίζουν το συνολικό κόστος και επίλυσης ζητημάτων που αφορούν τον εσωτερικό έλεγχο της επιχείρησης.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Αναφέρουν ορισμούς, διακρίσεις και κατηγορίες κόστους,
- Περιγράφουν τα βασικά χαρακτηριστικά του κάθε στοιχείου κόστους και τους παράγοντες που τα επηρεάζουν,

- Κατηγοριοποιούν τα διάφορα είδη κόστους, με βάση το πώς επηρεάζονται από τις πωλήσεις (πάγια και μεταβλητά κόστη),
- Αναγνωρίζουν την έννοια και τη χρησιμότητα των προτύπων στην κοστολόγηση, καθώς και τα στοιχεία που απαρτίζουν το κόστος των άμεσων υλικών,
- Πραγματοποιούν πρότυπες κοστολογήσεις άμεσων υλικών για διάφορα είδη παρασκευασμάτων,
- Εξηγούν την έννοια της απόδοσης προϊόντων,
- Αναλύουν τα στοιχεία που συνθέτουν το συνολικό κόστος παρασκευασμάτων,
- Ταξινομούν τα διάφορα κόστη σε κόστη άμεσων υλικών, άμεσων εργατικών και λειτουργικών,
- Συντάσσουν κοστολογικές αναφορές για τα δεδομένα κόστους του κάθε παρασκευάσματος,
- Συνθέτουν προτάσεις τιμολόγησης παρασκευασμάτων.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Κοστολόγηση / Τιμολόγηση / Αποδοτικότητα / Πρότυπα κόστους / Άμεσο και έμμεσο κόστος / Ανάλυση κόστους / Νεκρό σημείο / Markup / Cost-Plus / Ταμειακές ροές.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο (2).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΚΟΣΤΟΛΟΓΗΣΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΑΤΩΝ
2	ΕΝΝΟΙΑ, ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΟΣΤΟΥΣ ΚΑΙ ΚΑΤΗΓΟΡΙΟΠΟΙΗΣΗ
3	ΠΡΟΤΥΠΑ ΚΟΣΤΟΛΟΓΗΣΗΣ ΚΑΙ ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ
4	ΜΕΘΟΔΟΙ ΚΟΣΤΟΛΟΓΗΣΗΣ
5	ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΤΙΜΟΛΟΓΗΣΗΣ
6	ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ-ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ ΚΟΣΤΟΥΣ

Κείμενο αναφοράς

2.3.Γ.1 | ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΚΟΣΤΟΛΟΓΗΣΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΑΤΩΝ

Η πρώτη υποενότητα στόχο έχει να εισαγάγει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες στις βασικές αρχές της κοστολόγησης εδεσμάτων σε μια επισιτιστική επιχείρηση. Αρχικά, εξηγείται η σημασία της κοστολόγησης για τον προσδιορισμό της τιμής πώλησης των εδεσμάτων, καθώς και για τη διατήρηση της κερδοφορίας και της βιωσιμότητας της επιχείρησης. Αναλύεται πώς η ακριβής καταγραφή και ο υπολογισμός των εξό-

δων παραγωγής κάθε πιάτου συμβάλλουν στην αποφυγή απρόβλεπτων οικονομικών επιβαρύνσεων και στη βελτίωση της λήψης αποφάσεων. Στη συνέχεια, παρουσιάζεται η διαδικασία συλλογής και αξιολόγησης των δεδομένων που απαιτούνται για την κοστολόγηση, όπως είναι οι τιμές των πρώτων υλών, το κόστος εργασίας και τα λειτουργικά έξοδα. Εξετάζεται πώς καθένας από αυτούς τους παράγοντες συμβάλλει στο συνολικό κόστος και μελετάται η επίδρασή τους συνολικά στην τιμή πώλησης του προϊόντος. Επιπλέον, ερμηνεύεται η διαφορά μεταξύ σταθερών και μεταβλητών εξόδων και πώς αυτά επηρεάζουν την τελική τιμή του προϊόντος. Με την ολοκλήρωση της συγκεκριμένης μαθησιακής υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τη σημασία της κοστολόγησης εδεσμάτων ως εργαλείο στρατηγικής διαχείρισης, καθώς και να κατανοούν τις συνέπειες που έχει η έλλειψη ακριβούς κοστολόγησης στη λειτουργία ενός εστιατορίου. Για την πληρέστερη κατανόηση της συγκεκριμένης μαθησιακής υποενότητας, ζητείται από τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες, σε ομάδες ή ατομικά, να επιλέξουν ένα συγκεκριμένο έδεσμα από το μενού και να καταγράψουν τα υλικά που απαιτούνται για την παρασκευή του. Στη συνέχεια, καλούνται να υπολογίσουν το κόστος των υλικών, τον απαιτούμενο χρόνο παρασκευής και τυχόν πρόσθετα λειτουργικά έξοδα. Τέλος, ενθαρρύνονται να παρουσιάσουν στην ολομέλεια την ανάλυση του συνολικού κόστους και να προτείνουν μια ενδεικτική τιμή πώλησης.

2.3.Γ.2 | ΕΝΝΟΙΑ, ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ ΤΟΥ ΚΟΣΤΟΥΣ ΚΑΙ ΚΑΤΗΓΟΡΙΟΠΟΙΗΣΗ

Σε αυτή τη μαθησιακή υποενότητα, αναλύεται η έννοια του κόστους και οι κατηγοριοποιήσεις του, οι οποίες είναι κρίσιμες για την αποτελεσματική διαχείριση των οικονομικών μιας επισιτιστικής επιχείρησης. Εξετάζεται η διάκριση μεταξύ άμεσου κόστους (έξοδα που συνδέονται απευθείας με την παραγωγή ενός εδέσματος, όπως τα υλικά και η εργασία) και έμμεσου κόστους (έξοδα που είναι απαραίτητα για τη λειτουργία της επιχείρησης, αλλά δεν μπορούν να αποδοθούν σε συγκεκριμένα προϊόντα, όπως η ενέργεια και το ενοίκιο). Επιπλέον, παρουσιάζεται η διάκριση μεταξύ σταθερού κόστους, όπως π.χ. το ενοίκιο, το οποίο παραμένει αμετάβλητο ανεξάρτητα από τον όγκο παραγωγής, και μεταβλητού κόστους, όπως π.χ. οι πρώτες ύλες, οι οποίες αυξομειώνεται ανάλογα με την ποσότητα των εδεσμάτων που παρασκευάζονται. Ερμηνεύεται, επίσης, η έννοια του ημιμεταβλητού κόστους, που περιλαμβάνει στοιχεία και των δύο προηγούμενων κατηγοριών, και εξηγείται πώς αυτό επηρεάζει τον συνολικό υπολογισμό του κόστους. Με την ολοκλήρωση της συγκεκριμένης μαθησιακής υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να κατηγοριοποιούν και να υπολογίζουν με ακρίβεια τα κόστη, ώστε ως μελλοντικοί/-ές εργαζόμενοι/-ες στον χώρο της εστίασης να μπορούν να συμβάλλουν στη λήψη στρατηγικών αποφάσεων που σχετίζονται με την τιμολόγηση και την κερδοφορία της επιχείρησης. Για την πληρέστερη εμβάθυνση στην έννοια και στις διακρίσεις του κόστους, οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να επιλέξουν διάφορα έξοδα από τη λειτουργία μιας

επισιτιστικής επιχείρησης (π.χ. μισθούς, πρώτες ύλες, ενοίκιο, διαφήμιση) και να τα κατηγοριοποιήσουν σε άμεσα/έμμεσα, σταθερά/μεταβλητά κόστη και, στη συνέχεια, να αναλύσουν πώς η κατηγοριοποίηση αυτή επιδρά στη στρατηγική κοστολόγησης και τιμολόγησης του εστιατορίου.

2.3.Γ.3 | ΠΡΟΤΥΠΑ ΚΟΣΤΟΛΟΓΗΣΗΣ ΚΑΙ ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΠΟΔΟΣΗΣ

Στη συγκεκριμένη μαθησιακή υποενότητα, αναλύεται η διαδικασία δημιουργίας και χρήσης πρότυπων συνταγών ως βασικού εργαλείου για την κοστολόγηση και τον έλεγχο απόδοσης σε ένα εστιατόριο. Αρχικά, εξηγείται η έννοια της πρότυπης συνταγής και αποσαφηνίζεται ότι αυτή αποτελεί έναν σαφή και λεπτομερή οδηγό που περιλαμβάνει τις ποσότητες των υλικών, τις μεθόδους παρασκευής και τον τρόπο παρουσίασης κάθε πιάτου. Μέσω αυτής, παρουσιάζεται το πρότυπο κόστος της συνταγής, το οποίο περιλαμβάνει τον υπολογισμό του κόστους των υλικών για την παρασκευή μιας πρότυπης μερίδας. Στη συνέχεια, μελετάται η σημασία των πρότυπων συνταγών για την εξασφάλιση σταθερότητας στην ποιότητα, τη γεύση και για την ακριβή διαχείριση του κόστους των πιάτων. Ακολούθως, ερμηνεύεται ο ρόλος του ελέγχου απόδοσης, που αφορά τη σύγκριση του πραγματικού κόστους με το πρότυπο κόστος και την αναγνώριση τυχόν αποκλίσεων. Επίσης, εξετάζεται πώς αυτές οι αποκλίσεις μπορούν να επηρεάσουν την κερδοφορία και αναλύονται οι μέθοδοι διόρθωσής τους. Περαιτέρω, εξηγείται η έννοια της πρότυπης μερίδας, όπου καθορίζεται η ακριβής ποσότητα κάθε υλικού που χρησιμοποιείται για τη δημιουργία ενός πιάτου, λαμβανομένων υπόψη των αγορανομικών διατάξεων, και ερμηνεύεται η σημασία της στην αποφυγή της υπερκατανάλωσης και της σπατάλης υλικών, αλλά και στην ομοιογένεια κάθε πιάτου. Επιπλέον, μελετάται η σημασία της απόδοσης των υλικών. Εξηγείται πώς η ποιότητα πρώτων υλών, οι μέθοδοι αποθήκευσης και οι τεχνικές παρασκευής επηρεάζουν την απόδοση και αναλύονται οι παράγοντες που οδηγούν σε απώλειες ή σπατάλες. Για περεταίρω εμβάθυνση, οι εκπαιδευόμενοι/-ες υπολογίζουν την απόδοση υλικών (κρέας, ψάρι ή λαχανικά), παρατηρούν απώλειες βάρους κατά την παρασκευή, συγκρίνουν με τα πρότυπα και προτείνουν βελτιώσεις απόδοσης.

2.3.Γ.4 | ΜΕΘΟΔΟΙ ΚΟΣΤΟΛΟΓΗΣΗΣ

Στην υποενότητα αυτή, αναλύονται οι βασικές μέθοδοι κοστολόγησης εδεσμάτων που χρησιμοποιούνται για τον υπολογισμό του κόστους παραγωγής και τη διαμόρφωση των τελικών τιμών πώλησης. Αρχικά, παρουσιάζεται η μέθοδος Cost-Plus, όπου υπολογίζεται το κόστος παραγωγής ενός εδέσματος, και στη συνέχεια προστίθεται ένα ποσοστό κέρδους για τον καθορισμό της τιμής. Στη συνέχεια, ερμηνεύεται η μέθοδος Markup (περιθωρίου κέρδους), όπου το κέρδος υπολογίζεται ως ένα ποσοστό πάνω στην τιμή του προϊόντος (και όχι πάνω στο κόστος), για τον υπολογισμό της τελικής τιμής πώλησης. Ακολούθως, αναλύεται η μέθοδος τρεχουσών τιμών, όπου η τιμολόγηση γίνεται με βάση τις τρέχουσες τιμές, λαμβάνοντας υπόψη εκείνες των

ανταγωνιστών της επιχείρησης ή των υποκατάστατων προϊόντων. Επιπλέον, μελετάται η μέθοδος ανάλυσης Νεκρού Σημείου (Break-Even Point), όπου υπολογίζεται το σημείο στο οποίο τα έσοδα ισούνται με τα έξοδα, βοηθώντας στη λήψη αποφάσεων για τη βιωσιμότητα του μενού και τη διαχείριση του κόστους. Για την καλύτερη κατανόηση των εννοιών, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλούνται να εφαρμόσουν τη μέθοδο Cost-Plus σε μια συνταγή εδέσματος, υπολογίζοντας το κόστος των υλικών και προσθέτοντας ένα προκαθορισμένο ποσοστό κέρδους για να καθορίσουν την τελική τιμή πώλησης. Στη συνέχεια, ενθαρρύνονται να συγκρίνουν τα αποτελέσματα με τη μέθοδο Markup και να εξετάσουν τις διαφορές στις τελικές τιμές, προτείνοντας την καταλληλότερη μέθοδο για τη συγκεκριμένη επιχείρηση.

2.3.Γ.5 | ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΤΙΜΟΛΟΓΗΣΗΣ

Σε αυτή τη μαθησιακή υποενότητα, αναλύονται οι βασικές στρατηγικές τιμολόγησης εδεσμάτων που χρησιμοποιούνται για τη διαμόρφωση των τιμών και την επίτευξη διαφορετικών επιχειρηματικών στόχων. Αρχικά, εξηγείται η στρατηγική Premium Pricing, όπου τα εδέσματα τιμολογούνται υψηλότερα λόγω της εξαιρετικής ποιότητας ή της σπανιότητάς τους, και ερμηνεύεται η σημασία της στρατηγικής αυτής στην ενίσχυση της εικόνας του προϊόντος ως πολυτελούς και υψηλής αξίας. Στη συνέχεια, παρουσιάζεται η στρατηγική Economy Pricing, η οποία προτείνει χαμηλές τιμές στα εδέσματα, προκειμένου αυτά να προσελκύσουν ένα ευρύ κοινό, και εξετάζεται πώς αυτή η στρατηγική βοηθά στην αύξηση του όγκου πωλήσεων. Ακολούθως, αναλύεται η στρατηγική Penetration Pricing, ως μέθοδος εισόδου στην αγορά με αρχικά χαμηλές τιμές για την απόκτηση μεριδίου αγοράς, που στη συνέχεια μπορεί να αυξηθούν, και μελετάται η σημασία της στρατηγικής αυτής στη δημιουργία πελατειακής βάσης, αλλά και στην ενίσχυση της ανταγωνιστικότητας της επισιτιστικής επιχείρησης. Τέλος, αξιολογείται η στρατηγική Skimming Pricing, όπου οι τιμές είναι αρχικά υψηλές για την προσέλκυση προτίμησης των πρώτων καταναλωτών και στη συνέχεια μειώνονται ώστε να προσεγγίσουν μεγαλύτερη αγορά, και επισημαίνεται η αποτελεσματικότητα αυτής της στρατηγικής σε νέα ή καινοτόμα πιάτα. Στο πλαίσιο εμβάθυνσης και πληρέστερης κατανόησης της συγκεκριμένης μαθησιακής υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλούνται να δημιουργήσουν μια στρατηγική τιμολόγησης για ένα έδεσμα, εφαρμόζοντας τις στρατηγικές Premium Pricing, Economy Pricing, Penetration Pricing και Skimming Pricing. Στη συνέχεια, προτείνεται να συγκρίνουν τις επιπτώσεις της κάθε στρατηγικής στις πωλήσεις και στα κέρδη, επιλέγοντας την καταλληλότερη στρατηγική για διαφορετικά είδη επισιτιστικών επιχειρήσεων.

2.3.Γ.6 | ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΕΛΕΓΧΟΥ-ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗΣ ΚΟΣΤΟΥΣ

Στην παρούσα υποενότητα, αναλύεται η σημασία των συστημάτων ελέγχου και παρακολούθησης κόστους στην αποτελεσματική διαχείριση των επισιτιστικών επιχειρήσεων. Αρχικά, εξηγείται πώς η παρακολούθηση του κόστους συμβάλλει

στη διατήρηση της κερδοφορίας και την αποφυγή οικονομικών απωλειών. Στη συνέχεια, παρουσιάζονται τα εργαλεία και οι τεχνικές που χρησιμοποιούνται για τον ποσοτικό και τον ποιοτικό έλεγχο των τελικών παρασκευασμάτων, με ιδιαίτερη έμφαση στον έλεγχο της ποιότητας των πρώτων υλών και της τελικής απόδοσης των εδεσμάτων. Επιπλέον, εξετάζεται η διαδικασία ελέγχου των καταναλωθέντων υλικών, η οποία είναι κρίσιμη για την αποφυγή σπατάλης και την εξασφάλιση της μέγιστης δυνατής αποδοτικότητας. Ιδιαίτερη έμφαση δίδεται στη σωστή καταγραφή και ανάλυση των ταμειακών ροών και των εσόδων, που επιτρέπει στους/στις υπεύθυνους/-ες των τμημάτων να εντοπίζουν τυχόν αποκλίσεις και να λαμβάνουν διορθωτικά μέτρα εγκαίρως. Επιπρόσθετα, ερμηνεύεται η σημασία της ανάλυσης των αποκλίσεων κόστους από τα πρότυπα και πώς αυτή βοηθά στην αναγνώριση τομέων βελτίωσης στη λειτουργία της επιχείρησης. Μελετάται, επίσης, η εφαρμογή σύγχρονων λογισμικών συστημάτων που αυτοματοποιούν την παρακολούθηση του κόστους και παρέχουν αναλυτικές αναφορές σε πραγματικό χρόνο, διευκολύνοντας έτσι τη λήψη στρατηγικών αποφάσεων. Για την πληρέστερη εμβάθυνση στα συστήματα ελέγχου-παρακολούθησης κόστους, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλούνται να αναλύσουν ένα πραγματικό ή υποθετικό σενάριο λειτουργίας μιας επισιτιστικής επιχείρησης. Χρησιμοποιώντας τα δεδομένα κόστους και εσόδων, πρέπει να εντοπίσουν πιθανές αποκλίσεις από τα πρότυπα κόστους, να προτείνουν διορθωτικά μέτρα και να συντάξουν μια αναφορά που θα περιλαμβάνει ποσοτικές και ποιοτικές παραμέτρους ελέγχου.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Κονόμος, Γ. & Πατεστής, Ι. (2022). *Έλεγχος & Κοστολόγηση για τουριστικές και επισιτιστικές επιχειρήσεις* (5η έκδοση). Αθήνα: Le Monde/Les Livres du Tourisme.
2. Μάρας, Α. Γ. (2019). *Food & Beverage Management/Διοίκηση & Έλεγχος. Τιμολόγηση στον επισιτιστικό τομέα των ξενοδοχείων*. Αθήνα: Εκδόσεις Φαίδιμος.

Συμπληρωματικές

1. Αρβανίτης, Κ. & Αρβανίτης, Δ. (2016). *Εστιατόριο: διοίκηση και οργάνωση επισιτιστικών επιχειρήσεων*. Αθήνα: Εκδόσεις Προπομπός.
2. Σωτηριάδης, Μ. (2005). *Οικονομικό Management Ξενοδοχειακών Επιχειρήσεων* (2η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Προπομπός.

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι η εισαγωγή των εκπαιδευομένων στις βασικές αρχές της σύνθεσης εδεσματολογίου και στους κανόνες που τη διέπουν. Αναλύονται διεξοδικά βασικές έννοιες σύνθεσης εδεσματολογίου και διδάσκονται τεχνικές αποτελεσματικής αντιμετώπισης βασικών ζητημάτων που σχετίζονται με τη δημιουργία ενός επιτυχημένου καταλόγου προϊόντων επισιτιστικής επιχείρησης. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν γνώσεις γύρω από την ορολογία, τις ισχύουσες διατάξεις, τις προϋποθέσεις και τους κανόνες σύνθεσης μενού. Επιπλέον, διδάσκονται τη σύνθεση ειδικών εδεσματολογίων και εδεσματολογίων ανάλογα με την εποχή, την εθνικότητα, τις συνήθειες των πελατών, τη σύγχρονη διαιτητική καθώς και τις ισχύουσες αγορανομικές διατάξεις.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Συντάσσουν το εδεσματολόγιο (μενού) της επισιτιστικής μονάδας, σε συνεργασία με τον/την εστιάρχο (maître), τον/τη Food & Beverage Manager και τον/την ιδιοκτήτη/-τρια ή διευθυντή/-ριά της, λαμβάνοντας υπόψη τις ισχύουσες διατάξεις και τους κανόνες (αγορανομικές διατάξεις κ.ά.),
- Επιμελούνται τον κατάλογο παρουσίασης (κάρτα) του εδεσματολογίου (μενού), σε συνεργασία με τον/την εστιάρχο (maître) και τον/τη Food & Beverage Manager, λαμβάνοντας υπόψη τις απαραίτητες προϋποθέσεις για τη σύνθεση εδεσματολογίων,
- Διακρίνουν τα βασικά είδη μενού και τα χαρακτηριστικά τους,
- Συντάσσουν και οργανώνουν μενού με βάση τις διεθνώς καθιερωμένες πρακτικές και προϋποθέσεις,
- Σχεδιάζουν με αποτελεσματικό τρόπο ειδικά μενού με βάση τη διαιτητική, την κατηγορία των επισιτιστικών επιχειρήσεων, την εποχικότητα, το εορτολόγιο και τη θεματολογία της εκδήλωσης,
- Συντάσσουν το εδεσματολόγιο (μενού) της επισιτιστικής μονάδας χρησιμοποιώντας τη διεθνή ορολογία των εδεσμάτων,
- Επιλέγουν τις βέλτιστες παρασκευές που θα απαρτίζουν τον κατάλογο καθώς και τις τεχνικές προβολής και προώθησής του, με βάση τους επιδιωκόμενους στόχους της επιχείρησης,
- Συνοψίζουν τους τύπους μενού και τα χαρακτηριστικά τους.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Εδεσματολόγιο / Εποχικότητα / Ονοματολογικοί όροι / Σήμα Ελληνικής Κουζίνας / Εδεσματολογικοί κανόνες / Διατροφικές προτιμήσεις / Είδη μενού / Συνδυασμός γεύσεων / Ισορροπία / Παρουσίαση.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο (2).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΟΙ ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΤΗΣ ΣΥΝΘΕΣΗΣ ΜΕΝΟΥ
2	ΝΟΜΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ
3	ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗ ΣΥΝΘΕΣΗ ΤΟΥ ΜΕΝΟΥ
4	ΚΑΝΟΝΕΣ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ
5	ΔΙΕΘΝΗΣ ΟΝΟΜΑΤΟΛΟΓΙΑ
6	ΕΙΔΙΚΑ ΜΕΝΟΥ
7	ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΤΙΜΟΚΑΤΑΛΟΓΟΥ
8	ΝΕΕΣ ΤΑΣΕΙΣ

Κείμενο αναφοράς

2.3.Δ.1 | Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΟΙ ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ ΤΗΣ ΣΥΝΘΕΣΗΣ ΜΕΝΟΥ

Στην πρώτη υποενότητα, παρουσιάζεται στους/στις εκπαιδευόμενους/-ές η σημασία της σύνθεσης μενού στα ξενοδοχεία και στις αυτόνομες επισιτιστικές επιχειρήσεις, και προσδιορίζονται οι προϋποθέσεις που ισχύουν για τη σύνθεση ενός εδεσματολογίου. Στη συνέχεια, περιγράφονται οι βασικές αρχές σύνθεσης ενός μενού, όπως η ποικιλία και η ισορροπία των γεύσεων, η διαθεσιμότητα των πρώτων υλών, οι διατροφικές ανάγκες και συνήθειες των πελατών, καθώς και οι τάσεις που επικρατούν στην αγορά. Ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στην ανάγκη για την κατανόηση του πελατολογίου και την προσαρμογή του μενού στις προτιμήσεις και τις απαιτήσεις των πελατών, όπως επίσης και στη διαχείριση του κόστους και την κερδοφορία της επιχείρησης. Έμφαση δίνεται στην επεξήγηση των παραγόντων που επηρεάζουν την επιτυχημένη σύνθεση μενού, όπως είναι η επιλογή των κατάλληλων υλικών και η δημιουργικότητα στη σύνθεση των πιάτων. Παρουσιάζονται οι προϋποθέσεις που απαιτούνται για την παρασκευή ισορροπημένων (διατροφικά) εδεσμάτων και η αναγκαιότητα σωστής πληροφόρησης των πελατών για τα πιάτα που προσφέρονται. Ειδικότερα, συζητούνται οι τεχνικές παρουσίασης των εδεσμάτων και η ιδιαίτερη σημασία που έχει η διακόσμηση των πιάτων σε συνδυασμό με το είδος της επιχείρησης. Για τη διδασκαλία

της υποεπάρκειας, προτείνεται η χρήση εννοιολογικών χαρτών και εικόνων. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες προτείνεται να δημιουργούν ομάδες εργασίας, στις οποίες θα μελετούν περιπτώσεις με ειδική θεματολογία για την ανάπτυξη της κριτικής τους σκέψης σε θέματα που αφορούν τα διαφορετικά είδη των επισιτιστικών επιχειρήσεων και την αναγκαιότητα ύπαρξης αντίστοιχης κάρτας.

2.3.Δ.2 | ΝΟΜΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

Στην παρούσα μαθησιακή υποεπάρκεια, αναλύεται η σημασία της εφαρμογής του νομοθετικού πλαισίου που αφορά τους κανόνες σύνθεσης μενού στα ξενοδοχεία καθώς και στις αυτόνομες επισιτιστικές επιχειρήσεις. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατανοούν τα βασικά ζητήματα που σχετίζονται με τη σύνθεση και τη διαχείριση του μενού σύμφωνα με την αγορανομική διάταξη και τις λοιπές νομικές διατάξεις. Στη συνέχεια, περιγράφονται οι απαιτήσεις επισήμανσης στον κατάλογο των αλλεργιογόνων συστατικών που περιέχονται στα φαγητά ή τα γλυκά με το αντίστοιχο εικονίδιο ή τη σχετική ένδειξη (gluten free, lactose free κ.λπ.) και σωστής πληροφόρησης για τη διατροφική αξία των προσφερόμενων πιάτων. Επίσης, αναφέρονται τα ελάχιστα επιτρεπόμενα βάσει μερίδων που ισχύουν σύμφωνα με τις αγορανομικές διατάξεις, την υποχρεωτική αναγραφή στον κατάλογο των εδεσμάτων που πωλούνται με το κιλό (π.χ. ψάρια), καθώς και η υποχρεωτική αναγραφή των πιάτων που παρασκευάζονται από κατεψυγμένες πρώτες ύλες. Έμφαση δίνεται στην επεξήγηση της νομοθεσίας που προστατεύει τα δικαιώματα των καταναλωτών, διασφαλίζοντας ότι οι πληροφορίες που παρέχονται στα μενού είναι ακριβείς και κατανοητές. Παρουσιάζονται οι ισχύουσες διατάξεις που απαιτούν την αναγραφή των συστατικών και την επισήμανση αλλεργιογόνων ουσιών στα μενού των εστιατορίων και συζητούνται οι ποινικές και διοικητικές κυρώσεις για τις παραβάσεις των διατάξεων αυτών. Ειδική αναφορά γίνεται στην απόκτηση Ειδικού Σήματος Ποιότητας για την Ελληνική Κουζίνα (ΕΣΠΕΚ), το οποίο πιστοποιεί ότι μια επιχείρηση εστίασης προσφέρει ένα ικανοποιητικό επίπεδο εδεσμάτων που ακολουθούν ή βασίζονται στην ελληνική γαστρονομική παράδοση, με έμφαση κατά περίπτωση σε τοπικές κουζίνες. Για τη διδασκαλία, προτείνονται μελέτες περίπτωσης, ώστε οι καταρτιζόμενοι/-ες να εντοπίσουν τις νομικές παραβάσεις, όπως τη μη αναγραφή των αλλεργιογόνων συστατικών στον κατάλογο, την παραπλανητική επισήμανση διατροφικών πληροφοριών κ.ά.

2.3.Δ.3 | ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΕΠΗΡΕΑΖΟΥΝ ΤΗ ΣΥΝΘΕΣΗ ΤΟΥ ΜΕΝΟΥ

Το περιεχόμενο της μαθησιακής ενότητας εστιάζεται στην ανάλυση των παραγόντων που επηρεάζουν τη σύνθεση του μενού. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατανοούν τις βασικές έννοιες και τις παραμέτρους που πρέπει να λαμβάνονται υπόψη κατά τη διαδικασία σχεδιασμού και διαχείρισης ενός μενού. Ειδικότερα, περιγράφονται οι κύριοι παράγοντες που επηρεάζουν τη σύνθεση του μενού, όπως οι γευστικές προτιμήσεις των πελατών, οι διατροφικές τάσεις, η εποχικότητα των πρώτων υλών, η διαθεσιμότητα

τητα των τοπικών προϊόντων και η τιμολογιακή πολιτική της επιχείρησης. Ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στη σημασία της κατανόησης του πελατειακού προφίλ και της προσαρμογής του μενού στις προτιμήσεις και τις ανάγκες της αγοράς. Επίσης, τονίζεται η επίδραση των διατροφικών τάσεων και της υγιεινής διατροφής στη σύνθεση του μενού, ενώ παρουσιάζονται οι τρόποι με τους οποίους η εποχικότητα και η διαθεσιμότητα των πρώτων υλών μπορούν να επηρεάσουν την ποικιλία και την ποιότητα των εδεσμάτων. Επίσης, συζητούνται οι οικονομικοί παράγοντες και οι προκλήσεις που καλούνται να αντιμετωπίσουν οι επαγγελματίες του κλάδου στην προσπάθειά τους να διατηρήσουν τη βιωσιμότητα και την ανταγωνιστικότητα των επιχειρήσεών τους. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα έχουν τη δυνατότητα να αναλύσουν πρακτικά παραδείγματα και να συμμετάσχουν σε δραστηριότητες προσομοίωσης, ώστε να κατανοήσουν καλύτερα πώς οι διάφοροι παράγοντες επηρεάζουν στην πράξη τη σύνθεση του μενού. Μέσω της μελέτης περιπτώσεων, θα αξιολογήσουν την επίδραση των παραγόντων αυτών σε διαφορετικά είδη εστιατορίων και θα προτείνουν στρατηγικές για τη βελτιστοποίηση της σύνθεσης του μενού.

2.3.Δ.4 | ΚΑΝΟΝΕΣ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ

Στην παρούσα μαθησιακή υποενότητα, αναλύονται οι εδεσματολογικοί κανόνες που διέπουν τη σύνθεση και την παρουσίαση του μενού. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατανοούν τις βασικές αρχές και τις κατευθυντήριες γραμμές που πρέπει να ακολουθούνται κατά τη δημιουργία ενός μενού που ικανοποιεί τις διατροφικές, τις γευστικές και τις αισθητικές απαιτήσεις των πελατών. Περιγράφονται οι κύριοι εδεσματολογικοί κανόνες που αφορούν την ισορροπία των γεύσεων (αλμυρό, ξινό, γλυκό, πικρό, ουμάμι “umami”), τη διαδοχή των πιάτων και την αρμονία των υλικών, ενώ ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στις αρχές της γευστικής αρμονίας, της υψής, της θερμοκρασίας και του χρώματος των πιάτων, επειδή όλα αυτά συμβάλλουν στη δημιουργία ολοκληρωμένης και ευχάριστης γευστικής εμπειρίας για τον πελάτη. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην επεξήγηση των κανόνων που καθορίζουν τη σειρά με την οποία σερβίρονται τα πιάτα, από τα ορεκτικά και τις σαλάτες, μέχρι τα κυρίως πιάτα και τα επιδόρπια. Παρουσιάζονται οι κατευθυντήριες γραμμές για τη σωστή επιλογή και τον συνδυασμό των υλικών, των υφών και των γεύσεων, προκειμένου να επιτευχθεί η επιθυμητή γευστική ισορροπία και η αισθητική αρμονία στο μενού. Παράλληλα, αναλύονται οι συνδυασμοί μεταξύ διαφόρων πρώτων υλών και τα λάθη του ταιριάσματος (μεταξύ υψής, γεύσης, χρώματος, ίδιας διατροφικής ομάδας κ.λπ.). Οι εκπαιδευόμενοι/-ες προτείνεται να δημιουργούν ομάδες εργασίας, στις οποίες θα μελετούν περιπτώσεις σχετικά με την επίδραση των εδεσματολογικών κανόνων σε διαφορετικά είδη εστιατορίων και θα προτείνουν νέες ιδέες για τη βελτιστοποίηση της γευστικής και αισθητικής εμπειρίας των πελατών.

2.3.Δ.5 | ΔΙΕΘΝΗΣ ΟΝΟΜΑΤΟΛΟΓΙΑ

Σε αυτή την υποενότητα, η οποία συνδέεται άμεσα με το μάθημα της Μαγειρικής Τέχνης και τη χρήση γαστρονομικών όρων, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναγνωρίζουν τη σημασία της διεθνούς ονοματολογίας στη σύνθεση εδεσματολογίου και τη χρήση γαστρονομικών όρων στον τομέα της εστίασης. Κατανοούν τη σημασία της ορθής χρήσης και της αξιοποίησης των διεθνών γαστρονομικών όρων και πώς αυτοί συνδέονται με την επαγγελματική μαγειρική. Περιγράφονται οι γενικές αρχές και τα πλεονεκτήματα της χρήσης διεθνών γαστρονομικών όρων στη σύνθεση εδεσματολογίου, γιατί πρόκειται για μια «κοινή γλώσσα». Ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στην κατανόηση και τη σωστή εφαρμογή των όρων αυτών, καθώς εξασφαλίζουν με σαφήνεια την αποτελεσματική επικοινωνία με τους πελάτες και το προσωπικό. Έμφαση δίνεται στην επεξήγηση των βασικών γαστρονομικών όρων που χρησιμοποιούνται ευρέως, καθώς και στις διαφορές και τις ομοιότητές τους σε διάφορες κουζίνες. Παρουσιάζονται παραδείγματα κοινών όρων που χρησιμοποιούνται για να περιγράψουν διάφορες τεχνικές μαγειρικής ή ζαχαροπλαστικής, υλικά και πιάτα, και πώς αυτοί οι όροι μπορούν να εμπλουτίσουν και να βελτιώσουν την παρουσίαση του μενού. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες προτείνεται να εξασκηθούν στη χρήση της διεθνούς ονοματολογίας μέσω πρακτικών ασκήσεων και παραδειγμάτων. Επίσης, μέσω μελετών περίπτωσης, θα αξιολογήσουν πώς η σωστή χρήση των γαστρονομικών όρων μπορεί να βελτιώσει την κατανόηση και την ελκυστικότητα των μενού σε διεθνές επίπεδο.

2.3.Δ.6 | ΕΙΔΙΚΑ ΜΕΝΟΥ

Το περιεχόμενο της παρούσας μαθησιακής υποενότητας εξετάζει τη σημασία των ειδικών μενού στη σύνθεση εδεσματολογίου και την προσαρμογή τους στις ιδιαίτερες ανάγκες των πελατών. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αντιλαμβάνονται τη σημασία της δημιουργίας και της προσαρμογής μενού που ανταποκρίνονται σε ειδικές διατροφικές απαιτήσεις και προτιμήσεις. Ακολουθώντας, αναλύονται οι βασικές αρχές και τα οφέλη της προσαρμογής των μενού σε ειδικές διατροφικές ανάγκες, οι οποίες αφορούν διατροφικούς περιορισμούς λόγω αλλεργιών, ασθένειας, πολιτισμικών ή θρησκευτικών πεποιθήσεων. Ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στη σημασία της πληροφόρησης και της σωστής επισήμανσης των συστατικών που χρησιμοποιούνται στα ειδικά μενού, εξασφαλίζοντας την ασφάλεια και την ικανοποίηση των πελατών. Επίσης, ιδιαίτερη επισήμανση γίνεται στην περιγραφή των πιο συχνών ειδικών μενού, όπως είναι τα μενού για άτομα με αλλεργίες, τα χορτοφαγικά και vegan μενού, τα μενού χωρίς γλουτένη, τα μενού χαμηλής περιεκτικότητας σε αλάτι ή ζάχαρη, τα μενού μόνο με προϊόντα halal ή kosher κ.ά. Έτσι, παρουσιάζονται αναλυτικά παραδείγματα και προσεγγίσεις για τη δημιουργία αυτών των μενού, καθώς και οι βασικές αρχές που πρέπει να τηρούνται κατά τη σύνθεσή τους. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα έχουν την ευκαιρία να εξασκηθούν στην προσαρμογή και τη δημιουργία διαφόρων μενού μέσω πρακτικών ασκήσεων και παραδειγμάτων. Προτείνεται να δημιουργήσουν ομάδες

εργασίας, στις οποίες θα μελετήσουν περιπτώσεις με θεματολογία από τη σύνθεση ειδικών μενού και πώς αυτή μπορεί να βελτιώσει την εμπειρία του πελάτη και να λειτουργήσει ως παράγοντας ενίσχυσης του τουριστικού προϊόντος.

2.3.Δ.7 | ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΤΙΜΟΚΑΤΑΛΟΓΟΥ

Σε αυτή την υποενότητα, αναλύονται οι σύγχρονες προσεγγίσεις και οι βασικοί παράγοντες που επηρεάζουν τον σχεδιασμό και την παρουσίαση του καταλόγου ενός εστιατορίου. Κεντρικό θέμα αποτελεί η επιλογή καλαίσθητων στοιχείων, όπως γραφικών, φωτογραφιών και χρωμάτων, που συμβάλλουν στην αισθητική ανάδειξη των πιάτων και της γενικότερης εμπειρίας των πελατών. Επίσης, εξετάζονται οι τάσεις στον σχεδιασμό μενού για την ανάδειξη της τοπικής κουζίνας, της βιώσιμης διατροφής και των επιθυμιών των πελατών για υγιεινές επιλογές. Στο πλαίσιο αυτό, δίνεται ιδιαίτερη βαρύτητα στον σχεδιασμό του καταλόγου, στην οπτική παρουσίαση των προϊόντων και των πιάτων, στον τρόπο αναγραφής των τιμών και στην ύπαρξη κατάλληλων επισημάνσεων, αναδεικνύοντας τη σπουδαιότητα της ορθολογικής δομής και της λογικής στη διάταξή τους στο μενού. Παράλληλα, εξετάζεται η χρήση τεχνολογικών εφαρμογών για την ψηφιοποίηση των μενού και την άμεση πρόσβαση των πελατών στις πληροφορίες των πιάτων, μέσω αλληλεπιδραστικών μενού σε τάμπλετ ή κινητά τηλέφωνα. Τέλος, αναδεικνύονται οι προκλήσεις και οι ευκαιρίες στον σχεδιασμό του καταλόγου ή της κάρτας του εστιατορίου στο πλαίσιο της διαφοροποίησης από τον ανταγωνισμό και της ενίσχυσης της επαγγελματικής ταυτότητας του εστιατορίου. Για τη διδασκαλία της υποενότητας, προτείνεται η χρήση εννοιολογικών χαρτών, εικόνων και διαγραμμάτων. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες προτείνεται να δημιουργήσουν ομάδες εργασίας, στις οποίες θα σχεδιάσουν μενού με διαφορετική θεματολογία, ώστε να αναδειχθεί η σπουδαιότητα της οπτικής παρουσίασης των προϊόντων και των πιάτων μέσω του καταλόγου, και πώς αυτή μπορεί να αυξήσει την κερδοφορία της επιχείρησης αλλά και να βελτιώσει την ικανοποίηση των πελατών.

2.3.Δ.8 | ΝΕΕΣ ΤΑΣΕΙΣ

Στην παρούσα υποενότητα, εξετάζονται οι σύγχρονες εξελίξεις και οι τάσεις που επηρεάζουν τη δημιουργία και τη σύνθεση του μενού. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναγνωρίζουν την ανάγκη προσαρμογής στις σύγχρονες διατροφικές προτιμήσεις και τις αλλαγές στις καταναλωτικές συνήθειες. Έμφαση δίνεται στην υγιεινή διατροφή και την προώθηση βιώσιμων πρακτικών, όπως είναι η χρήση τοπικών και βιολογικών προϊόντων. Παράλληλα, αναλύονται οι επιδράσεις των νέων τεχνολογιών στην ανάπτυξη και την παρουσίαση των μενού, όπως η χρήση ψηφιακών εφαρμογών για τη διαχείριση και προώθηση των γαστρονομικών προσφορών. Σημαντικό είναι, επίσης, το ζήτημα της πολυπολιτισμικής επιρροής στα μενού, αναδεικνύοντας διαφορετικές γεύσεις και παραδόσεις που εμπλουτίζουν τη γαστρονομική εμπειρία των πελατών. Στη συνέχεια, γίνεται ιδιαίτερη αναφορά στη fusion cuisine και τη δημιουργία νέων υβριδικών

φαγητών και γλυκών (croons, σούσι με γάυρο, tacos με γύρο κ.ά.). Επίσης, αναδεικνύεται η ιδιαίτερη σχέση του μπαρ και της γαστρονομίας με την παρουσίαση διαφόρων μεθόδων και τεχνικών που χρησιμοποιούνται στη μοριακή γαστρονομία. Αναφέρεται ο ρόλος και η ιδιαίτερη θέση του καφέ και των ποτών σε ένα μενού (ως καλωσόρισμα, συνοδευτικά ποτά, κοκτέιλ, καφές ή ποτό σε μορφή αφρού, πέρλας, σπαγγέτι κ.λπ.). Η ενεργή συμμετοχή των εκπαιδευόμενων επιτυγχάνεται με τη χρήση τεχνικών όπως είναι ο καταιγισμός ιδεών και η συζήτηση αναφορικά με τις νέες τάσεις που επικρατούν. Για την ανάπτυξη της κριτικής σκέψης και των στάσεων σε σχέση με τις νέες τάσεις που επικρατούν, συστήνεται η μέθοδος της μετασχηματίζουσας μάθησης μέσα από την τέχνη, καθώς οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα κληθούν να σχεδιάσουν (σε έντυπο ή ψηφιακό μέσο) οτιδήποτε θεωρούν νέο και καινοτόμο.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Λαλούμης, Δ. & Στεφανακίδης, Κ. (2013). *Εστιατορική τεχνική* (1ος τόμος). Αθήνα: Εκδόσεις Unibooks.
2. Σαλεσιώτης, Μ. Π. (2007). *Σύνθεση Εδεσματολογίου*. Αθήνα: Εκδόσεις Interbooks.

Συμπληρωματικές

1. Σαράντος, Ν. & Χειλαδάκης, Σ. (2005). *Μαγειρική τέχνη – Εκπαιδευτική επαγγελματική μαγειρική*. Αθήνα: ΟΤΕΚ.
2. Παλησίδης, Γ. & Μπόσκου, Γ. (2014). *Νέα διατροφικά & γαστρονομικά πρότυπα*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ. Ανακτήθηκε από:
https://imagevee.gr/wp-content/uploads/2018/02/gastronomika_prototypa.pdf

2.3.Ε • ΟΙΝΟΛΟΓΙΑ

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εξοικειωθούν με βασικά ζητήματα οινολογίας, όπως είναι τα ιστορικά στοιχεία, τα στοιχεία αμπελουργίας, οι λευκές και οι ερυθρές ποικιλίες σταφυλιών, η σύσταση και η μικροβιολογία του οίνου, οι κατηγορίες και οι τύποι κρασιών, τα στοιχεία μάρκετινγκ του οίνου και ο συνδυασμός εδεσμάτων και οίνου. Ακόμη, εκπαιδεύονται στο να αναγνωρίζουν τις ελληνικές και τις διεθνείς ποικιλίες σταφυλιών και διδάσκονται τις μεθόδους οινοποίησης (λευκή, ροζέ, ερυθρή). Τέλος, μαθαίνουν να ταξινομούν τις κατηγορίες κρασιών ανάλογα με τα χαρακτηριστικά τους και εκπαιδεύονται στην αξιολόγηση των οργανοληπτικών ιδιοτήτων (χρώμα, άρωμα, γεύση και σώμα) των διάφορων τύπων κρασιών.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Αναφέρουν ορισμούς, καθώς και ιστορικά στοιχεία αμπελουργίας και οινολογίας,
- Διατυπώνουν τη μορφολογία του αμπελιού (ριζικό σύστημα, κορμό, φύλλα, ταξιανθία, ανθό, σταφύλι, ράγα),
- Αναγνωρίζουν τις λευκές και τις ερυθρές ποικιλίες σταφυλιών (ελληνικές και διεθνείς),
- Αναλύουν τη σύσταση του οίνου,
- Κατηγοριοποιούν την οινοποίηση σε είδη και να διακρίνουν τους οίνους με βάση τη νομοθεσία,
- Συντάσσουν λίστες κρασιών σύμφωνα με τις σύγχρονες τάσεις του μάρκετινγκ (προώθηση οίνου και σύνθεση καταλόγου λίστας κρασιών),
- Προτείνουν κρασί που συνδυάζεται αρμονικά με τα είδη διατροφής, βασιζόμενοι/-ες σε οργανοληπτικούς ελέγχους και τη γευσιγνωσία,
- Μελετούν τους δρόμους του κρασιού στην Ελλάδα και να αναφέρουν τους βασικούς διεθνείς δρόμους του κρασιού.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Οινοποίηση / Παλαιώση / Εσοδεία / Οξύτητα / Αλκοολικός Βαθμός / Τανίνες / Επίγευση / Προστατευόμενη Ονομασία Προέλευσης (ΠΟΠ) / Προστατευόμενη Γεωγραφική Ένδειξη (ΠΓΕ) / Οινοτουρισμός.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο (2).

Διάρθρωση των μαθησιακών εννοιών σε υποενότητες

Α/Α	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΕΙΣΑΓΩΓΗ: ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ
2	ΑΜΠΕΛΟΥΡΓΙΑ – ΑΜΠΕΛΟΓΡΑΦΙΑ
3	ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΟΙΝΟΠΟΙΗΣΗΣ
4	ΟΡΓΑΝΟΛΗΠΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΟΙΝΟΥ
5	ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΙΣΗ ΦΑΓΗΤΟΥ ΚΑΙ ΟΙΝΟΥ
6	ΟΙΝΟΧΟΪΑ – ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΚΑΒΑΣ
7	ΟΙΝΟΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

Κείμενο αναφοράς

2.3.E.1 | ΕΙΣΑΓΩΓΗ: ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ

Στην πρώτη υποενότητα, παρουσιάζεται στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες η ορολογία και η επεξήγηση των βασικών εννοιών που θα συναντήσουν στη μελέτη του αντικείμενου της Οινολογίας. Αρχικά, αναλύονται οι έννοιες: άμπελος, οίνος, αμπελουργία, αμπελογραφία, οινοποίηση, ζύμωση, γευσιγνωσία, γευστικό ταίριασμα, οινοχόος και οινοτουρισμός. Επιπρόσθετα, παρουσιάζεται η ιστορία της αμπέλου και του οίνου με στόχο την κατανόηση της επιρροής της στην παγκόσμια κληρονομιά, την τεχνογνωσία και την κοινωνική συμπεριφορά, μια και ο οίνος έχει συνδεθεί με τον πολιτισμό των περισσότερων λαών του κόσμου. Ειδικότερα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες έρχονται σε επαφή με την καταγωγή και τη χρησιμότητα της αμπέλου και του οίνου. Για τον σκοπό αυτόν, παρουσιάζονται ευρήματα και αναφέρονται ιστορικά ορόσημα σχετικά με την αμπελουργία και την οινολογία, από τη νεολιθική περίοδο, τους αρχαίους πολιτισμούς (Έλληνες, Αιγύπτιους, Ρωμαίους κ.ά.) τη βυζαντινή και μεταβυζαντινή εποχή έως και τη σύγχρονη εποχή και την επιστημονική τεκμηρίωση της δράσης των ζυμών στη ζύμωση από τον Louis Pasteur. Κλείνοντας, αναλύεται η εξέλιξη της ευρωπαϊκής και παγκόσμιας παραγωγής και κατανάλωσης, με εστίαση στα ελληνικά δεδομένα. Προτείνεται οι εκπαιδευόμενοι/-ες να σχηματίσουν ομάδες εργασίας εντός της τάξης και, με τη χρήση Η/Υ και Διαδικτύου, να αναζητήσουν την ανάλυση SWOT του ελληνικού αμπελοοινικού κλάδου, ώστε να αντιληφθούν τα δυνατά και αδύναμα σημεία, καθώς και τις ευκαιρίες και τις απειλές στον ελληνικό αμπελοοινικό κλάδο.

2.3.E.2 | ΑΜΠΕΛΟΥΡΓΙΑ – ΑΜΠΕΛΟΓΡΑΦΙΑ

Σκοπός της παρούσας μαθησιακής υποενότητας είναι η εισαγωγή των εκπαιδευόμενων στα χαρακτηριστικά της αμπέλου και των παραγόμενων σταφυλιών. Επιπροσθέτως, αναφέρονται οι παράμετροι που επηρεάζουν την ανάπτυξη της αμπέλου και της ωρίμανσης των σταφυλιών. Αναλυτικότερα, περιγράφονται τα μέρη του σταφυλιού (βόστρυχος, ράγες), τα τμήματα της ράγας (φλοιός, σάρκα, γίγαρτα) και τα κύρια συστατικά κάθε τμήματος που επηρεάζουν την ποιότητα των παραγόμενων οίνων. Στη συνέχεια, περιγράφεται ο ετήσιος βιολογικός κύκλος της αμπέλου, τα φυσικοχημικά φαινόμενα που λαμβάνουν χώρα σε κάθε στάδιο και η εξέλιξη των κύριων συστατικών της σάρκας του σταφυλιού (σάκχαρα, οργανικά οξέα) και του φλοιού (φαινολικά συστατικά, αρωματικές ενώσεις) κατά τη διάρκεια της ωρίμανσης. Στο πλαίσιο της υποενότητας αυτής, αναλύονται οι παράγοντες που επηρεάζουν την ωρίμανση των σταφυλιών (ποικιλία, κλιματικές συνθήκες, έδαφος, λίπανση, άρδευση κ.ά.) και εξηγούνται οι βασικοί αμπελουργικοί ορισμοί. Επιπλέον, περιγράφονται τα κριτήρια ωριμότητας και διαλογής της πρώτης ύλης που χρησιμοποιούνται στις οινοποιητικές επιχειρήσεις. Τέλος, γίνεται αναφορά στις σημαντικότερες ποικιλίες σταφυλιών οινοποιίας (γηνγενείς, διεθνείς, λευκές, έγχρωμες) που καλλιεργούνται στην Ελλάδα.

Η εν λόγω εκπαιδευτική υποενότητα προσφέρει τη βάση για την απόκτηση γνώσεων που απαιτούνται για την κατανόηση της επίδρασης της αμπελοκαλλιέργειας στην παραγωγή ποιοτικών οίνων. Για τον λόγο αυτόν, κρίνεται σκόπιμο οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εστιάσουν την προσοχή τους στους παράγοντες που επηρεάζουν την ανάπτυξη της αμπέλου και της ωρίμανσης των σταφυλιών.

2.3.E.3 | ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΟΙΝΟΠΟΙΗΣΗΣ

Η συγκεκριμένη εκπαιδευτική υποενότητα αποτελεί σημαντικό κομμάτι της μαθησιακής ενότητας «Οινολογία», γιατί επιδιώκει να παράσχει στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες τις απαραίτητες γνώσεις για τη διαδικασία οινοποίησης των διαφορετικών τύπων οίνου (λευκών, ερυθρών, αφρωδών, γλυκών κ.ά.), και το πώς αυτή επηρεάζει τα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά τους. Στο πλαίσιο αυτό, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τη χημική σύσταση του οίνου (οργανικά οξέα, αλκοόλες, φαινολικές και αρωματικές ενώσεις κ.ά.) και τις ιδιότητες των μικροοργανισμών που εμπλέκονται τόσο στην αλκοολική και τη μηλογαλακτική ζύμωση όσο και στις αλλοιώσεις των οίνων. Εξοικειώνονται με τις διάφορες αλλοιώσεις (θολώματα, ιζήματα κ.ά.) που μπορούν να εμφανιστούν στους εμφιαλωμένους οίνους και μαθαίνουν τις προληπτικές ή διορθωτικές ενέργειες που πραγματοποιούνται κατά την οινοποιητική διαδικασία. Κατανοούν τις αποφάσεις (μέθοδο οινοποίησης, είδος και μέγεθος βαρελιού, επιλογή φελλού ή βιδωτού πώματος κ.ά.) και τις πρακτικές (φιλτράρισμα, κολλάρισμα, σταθεροποίηση κ.λπ.) που εφαρμόζονται στο οινοποιείο, καθώς και τις επιδράσεις τους στο τελικό προϊόν, τον οίνο. Επίσης, μελετούν το φαινόμενο της παλαιώσης και της διάκρισης μεταξύ της οξειδωτικής (βαρέλι) και της αναγωγικής (φιάλη) παλαιώσης. Τέλος, διδάσκονται τα κύρια πρόσθετα (θειώδη ανυδρίτη, τρυγικό οξύ, σορβικό κάλιο κ.ά.) που παίρνουν μέρος στην οινοποιητική διαδικασία και τον σκοπό της χρήσης τους. Η εν λόγω εκπαιδευτική υποενότητα προσφέρει τις απαραίτητες γνώσεις για την κατανόηση της διαδικασίας της οινοποίησης, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να είναι σε θέση να αντιλαμβάνονται τους παράγοντες στους οποίους οφείλονται τα οργανοληπτικά χαρακτηριστικά των παραγόμενων οίνων και να αναγνωρίζουν τυχόν προβλήματα και αλλοιώσεις στους εμφιαλωμένους οίνους.

2.3.E.4 | ΟΡΓΑΝΟΛΗΠΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ ΟΙΝΟΥ

Κατά τη διάρκεια αυτής της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες έρχονται σε επαφή με τον οργανοληπτικό έλεγχο και εξοικειώνονται με τον ρόλο των ανθρώπινων αισθήσεων στην αξιολόγηση των οίνων. Συγκεκριμένα, μυούνται στον τρόπο διεξαγωγής του οργανοληπτικού ελέγχου και κατανοούν τις ικανότητες που πρέπει να έχει ένας δοκιμαστής. Μαθαίνουν τα στάδια που ακολουθούνται σε μια γευστική δοκιμή, τις κατάλληλες συνθήκες, καθώς και τους κανόνες που πρέπει να τηρούνται. Επιπλέον, εξοικειώνονται με τις παραμέτρους που αφορούν την όψη, το αρωματικό προφίλ, τη γευστική αντίληψη, καθώς και με την ενδεδειγμένη ορολογία που χρησιμοποιείται

στην αξιολόγησή του. Στη συνέχεια, η υποεπαιδευτικότητα εξετάζει τις σημαντικότερες ποικιλίες του ελληνικού και του διεθνούς αμπελώνα, και παρουσιάζει τους τύπους και τα κύρια οργανοληπτικά χαρακτηριστικά των οίνων που προκύπτουν από αυτές. Κλείνοντας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν να αναγνωρίζουν τα πιο συχνά εμφανιζόμενα σφάλματα των οίνων και τις αιτίες τους. Η εν λόγω εκπαιδευτική υποεπαιδευτικότητα προσφέρει τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες για την ομαλή διεκπεραίωση μιας οργανοληπτικής εξέτασης οίνου. Με την απόκτηση αυτών των γνώσεων, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να κατανοούν τον οργανοληπτικό χαρακτήρα των οίνων, ώστε να μπορούν στη συνέχεια να το παρουσιάζουν κατάλληλα στον πελάτη.

2.3.E.5 | ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΙΣΗ ΦΑΓΗΤΟΥ ΚΑΙ ΟΙΝΟΥ

Αυτή η εκπαιδευτική υποεπαιδευτικότητα εξετάζει τις βασικές αρχές που διέπουν την αντιστοίχιση φαγητού και οίνου. Στόχος είναι οι εκπαιδευόμενοι/-ες να κατανοήσουν την τέχνη και την επιστήμη της γαστρονομίας, επιτυγχάνοντας τη διασύνδεση των θεωρητικών προσεγγίσεων της με την κατανάλωση οίνου για την επίτευξη της γευστικής αρμονίας. Αρχικά, εξετάζονται οι τεχνικές και οι μέθοδοι (βρασμός, ζεμάτισμα, grill, τηγάνισμα κ.λπ.) που εφαρμόζονται για την προετοιμασία και το μαγείρεμα ενός πιάτου. Κάθε τεχνική και μέθοδος αναλύεται λεπτομερώς και περιγράφεται ο τρόπος που αυτή επιδρά στις γεύσεις και στα αρώματα των υλικών ενός πιάτου. Επιπλέον, γίνεται αναφορά στη σημασία της θερμοκρασίας σερβιρίσματος, καθώς και στην παρουσία συνοδευτικών, όπως σάλτσες ή γαρνιτούρες. Στη συνέχεια, εξηγούνται οι βασικοί κανόνες συνδυασμού φαγητού και οίνου, λαμβάνοντας υπόψη τις φυσικές, δομικές, υφολογικές και αρωματικές πτυχές, ώστε να επέλθει η γευστική αρμονία από την αλληλεπίδραση φαγητού και οίνου. Σημασία, επίσης, δίνεται και στη σειρά σερβιρίσματος κάθε οίνου σε ένα γεύμα. Τέλος, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν κάποιους κλασικούς συνδυασμούς μεταξύ αντιπροσωπευτικών μεσογειακών και διεθνών πιάτων και αναγνωρισμένων ποικιλιών οίνων. Δεδομένου ότι ο οίνος και το φαγητό αποτελούν πόλο έλξης για τον τουρισμό, η υποεπαιδευτικότητα αποσκοπεί στην εξοικείωση των εκπαιδευομένων με την ελληνική και τη διεθνή κουζίνα, καθώς και στην εκμάθηση της αρμονικής αντιστοίχισης εδεσμάτων με τις λίστες οίνου που διαθέτουν οι τουριστικές επιχειρήσεις.

2.3.E.6 | ΟΙΝΟΧΟΪΑ – ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΚΑΒΑΣ

Η εν λόγω εκπαιδευτική υποεπαιδευτικότητα εστιάζεται στην εξυπηρέτηση του πελάτη, στις βασικές αρχές αποθήκευσης των οίνων και στη σωστή διαχείριση της κάβας και της λίστας αλκοολούχων και μη ποτών μιας επισιτιστικής επιχείρησης. Επιπλέον, επιχειρείται η εμβάθυνση σε θέματα που αφορούν την υπεύθυνη κατανάλωση και τη δεοντολογία των εργαζομένων στον χώρο της εστίασης. Στο πλαίσιο αυτό, οι καταρτιζόμενοι/-ες εκπαιδεύονται στην προετοιμασία και τη σωστή χρήση του εξοπλισμού συντήρησης, καθώς και στο σέρβις του οίνου. Στη συνέχεια, μαθαίνουν να παρουσιάζουν μια ετικέτα, να ανοίγουν τόσο τους ήσυχους όσο και τους αφρώδεις

οίνους και να τους σερβίρουν στην ιδανική θερμοκρασία. Επιπροσθέτως, και αφού έχουν ήδη διδαχθεί την υποεπαισθησία «Αντιστοίχιση φαγητού και οίνου», είναι σε θέση να προτείνουν το κατάλληλο κρασί στους πελάτες ανάλογα με το φαγητό που έχουν επιλέξει. Τέλος, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν πώς στήνεται μία κάβα, πώς δημιουργείται μία λίστα οίνων, την τεχνική της μετάγγισης, καθώς και τις δεξιότητες επικοινωνίας και διαπραγμάτευσης που είναι απαραίτητες για την καλύτερη εξυπηρέτηση των πελατών. Επίσης, μαθαίνουν να διαχειρίζονται αποτελεσματικά τυχόν παράπονα και αντιρρήσεις. Συνοψίζοντας, η εκπαιδευτική υποεπαισθησία επιδιώκει να παράσχει τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες για την τέχνη της οινοχοΐας, η οποία αποτελεί μια αναπτυσσόμενη ειδικότητα στον κλάδο του τουρισμού. Ο/Η Οινοχόος-Sommelier/-ère είναι το στέλεχος του εστιατορίου ή του ξενοδοχείου που αναλαμβάνει τον σχεδιασμό και τη διαχείριση της κάβας, καθώς και την παροχή πληροφοριών στους πελάτες για το «οινικό γίγνεσθαι».

2.3.E.7 | ΟΙΝΟΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

Η εκπαιδευτική υποεπαισθησία ασχολείται με το περιβάλλον του οινοτουρισμού και τα οφέλη του. Στο πλαίσιο αυτό, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μυούνται στις αρχές του οινικού μάρκετινγκ και στον σχεδιασμό και την ανάπτυξη του οινοτουριστικού προϊόντος. Αρχικά, ενημερώνονται για τον οινοτουρισμό, την εξέλιξη και τις μορφές του, καθώς και για την επίδρασή του στην οικονομία. Στη συνέχεια, επικεντρώνονται στον οινοτουρισμό στην Ελλάδα και στον κόσμο στις ημέρες μας, εξετάζοντας μερικούς από τους σημαντικότερους οινοτουριστικούς προορισμούς (Σαντορίνη, κοιλάδα της Νάπα, Τοσκάνη, Μπορντώ κ.ά.). Είναι ιδιαίτερα ωφέλιμοι οι εκπαιδευόμενοι/-ες να αναλύσουν τις παραμέτρους που επιδρούν στη διαμόρφωση της οινοτουριστικής συμπεριφοράς και να προσδιορίσουν το προφίλ των οινοτουριστών, ώστε να είναι σε θέση μελλοντικά να εκπονούν οι ίδιοι έναν στρατηγικό σχεδιασμό για τον οινοτουρισμό. Στο πλαίσιο της υποεπαισθησίας αυτής, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν τη γεωγραφία του κρασιού και τη νομοθετική κατάσταση (ΠΟΠ, ΠΓΕ, Ποικιλιακός κ.ά.) των ελληνικών οίνων με τις αντιπροσωπευτικές αμπελουργικές περιοχές και ποικιλίες. Εξίσου σημαντικό είναι να γνωρίσουν τη διαδικασία χορήγησης και έκδοσης του «Σήματος Επισκέψιμου Οινοποιείου». Κλείνοντας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα μάθουν τους κύριους φορείς (ΥΠΑΑΤ, Υπουργείο Τουρισμού κ.λπ.) και τις οργανώσεις (ΚΕΟ-ΣΟΕ, ΣΕΟ κ.λπ.) που εμπλέκονται και εκπονούν έρευνες σχετικά με τον οίνο και τον οινοτουρισμό. Συνολικά, η εκπαιδευτική υποεπαισθησία προσφέρει τις απαραίτητες γνώσεις για την αναπτυσσόμενη αυτή μορφή τουρισμού, η οποία δημιουργεί μια νέα πηγή κερδοφορίας, όχι μόνο για τις τουριστικές επιχειρήσεις αλλά και για τις τοπικές κοινωνίες, που βρίσκονται πέρα από τις συνήθεις τουριστικές διαδρομές.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Ολντ, Μ. (2015). *Κρασί. Ένα ταξίδι γευσιγνωσίας. Χρώμα, άρωμα, γεύση, υφή* (μτφρ. Α. Αργυρίου). Εκδόσεις Ψυχογιός.
2. Σουφλερός, Ε. Η. (2015). *Οινολογία, Επιστήμη και Τεχνογνωσία*. Θεσσαλονίκη: Ιδιωτική έκδοση.

Συμπληρωματικές

1. Σταυρακάκης, Μ. Ν. (2019). *Αμπελουργία*. Αθήνα: Εκδόσεις Έμβρυο.
2. Κουράκου-Δραγώνα, Στ. (1998). *Θέματα Οινολογίας. Επιστήμη και τεχνολογία στον τομέα της οινοποιητικής τέχνης*. Αθήνα: Εκδόσεις Τροχαλία.

2.3.ΣΤ • ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εξοικειωθούν με ό,τι αφορά την οργάνωση και τη λειτουργία του εστιατορίου. Παρουσιάζονται έννοιες όπως ο ορισμός και οι διακρίσεις των εστιατορίων, η οργάνωση των χώρων παράθεσης, η σύνθεση του προσωπικού, ο εξοπλισμός και τα σκεύη του εστιατορίου, η προετοιμασία των χώρων, οι τεχνικές μεταφοράς σκευών, τα είδη κουβέρ, τα είδη γευμάτων, τα ειδικά services, οι τεχνικές υποδοχής, οι τεχνικές παραγγελιοληψίας, καθώς και οι βασικές αρχές υγιεινής, ασφάλειας και επαγγελματικής συμπεριφοράς στους χώρους του εστιατορίου.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Διατυπώνουν τον ορισμό του εστιατορίου και να κάνουν ιστορική αναδρομή στο παρελθόν των εστιατορίων και των ειδών τους,
- Διακρίνουν τους κύριους και βοηθητικούς χώρους του εστιατορίου,
- Περιγράφουν τις αρμοδιότητες του προσωπικού του εστιατορίου και να αναφέρουν τη διεθνή ονοματολογία του προσωπικού,
- Προσδιορίζουν τον εξοπλισμό και τα σκεύη του εστιατορίου, καθώς και τους γενικούς κανόνες καθαρισμού τους,
- Εφαρμόζουν την τεχνική στρωσίματος του τραπεζιού και του τραπεζομάντιλου, διπλώματος των πετσετών, διακόσμησης των τραπεζιών με άνθη, καθώς και τη διαδικασία προσκόμισης και τοποθέτησης των επιτραπέζιων σκευών στον χώρο της τραπεζαρίας,

- Παρουσιάζουν τα σκεύη για τη διαμόρφωση του χώρου (mise en place), τα βασικά κουβέρ, όπως επίσης και τους τρόπους μεταφοράς των πιάτων,
- Αναφέρουν τα είδη γευμάτων και τις απαραίτητες προϋποθέσεις παράθεσής τους,
- Εξηγούν τους γενικούς κανόνες και τις τεχνικές πωλήσεων σύμφωνα με τη σύγχρονη εστιατορική πραγματικότητα.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Εστιατόριο / Επισιτισμός / Γεύματα / Σερβίρισμα, Τεχνικές σερβιρίσματος / Τραπεζοκόμος / Εξυπηρέτηση πελατών / Εξοπλισμός εστιατορίου / Μενού à la carte και table d'hôte / Mise en place / Βασικό κουβέρ.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο (2).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΟΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ, ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ, ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ
2	ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΤΟΥ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ
3	ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ
4	ΓΕΥΜΑΤΑ ΤΟΥ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ
5	ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ ΣΤΟ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ
6	ΤΡΟΠΟΙ ΣΕΡΒΙΡΙΣΜΑΤΟΣ
7	ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ

Κείμενο αναφοράς

2.3.ΣΤ.1 | ΟΡΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ, ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ, ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

Στην πρώτη υποενότητα, παρουσιάζεται η ιστορική εξέλιξη του εστιατορίου από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα. Αναφέρονται οι βασικότεροι παράγοντες που επηρέασαν διαχρονικά την εξέλιξή του και εξετάζεται η έννοια του επισιτισμού και η σχέση του με άλλους κλάδους, όπως ο τουρισμός και ιδιαίτερα η γαστρονομία. Επίσης, αναλύονται οι εξελίξεις στην αγορά της εστίασης, οι νέες τάσεις και οι λειτουργίες που πραγματοποιούνται στο σύνολο των επισιτιστικών τμημάτων, και διακρίνονται οι κατηγορίες των επισιτιστικών επιχειρήσεων σύμφωνα με την ελληνική νομοθεσία. Αρχικά, επισημαίνεται ότι η τάση του ανθρώπου να απολαμβάνει φαγητό εκτός της οικίας του συναντάται από την αρχαιότητα, με αναφορές στον αιγυπτιακό πολιτισμό, την αρχαία Ελλάδα, τη ρωμαϊκή και βυζαντινή εποχή και την Αναγέννηση. Στη συνέχεια, αναλύονται τα κίνητρα των επισκεπτών παλαιότερων περιόδων, π.χ. της αρχαίας Ελλάδας, και οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να τα συγκρίνουν με αυτά της σύγχρονης εποχής.

Παράλληλα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με την ορολογία των αντίστοιχων εστιατορίων της εποχής, των επονομαζόμενων καπηλειών, και παρακινούνται να παρατηρήσουν τη μετεξέλιξή τους στη σύγχρονη εποχή. Ακολούθως, διατυπώνεται ο ορισμός του εστιατορίου και παρουσιάζεται η τυποποίηση και ταξινόμηση των επισιτιστικών επιχειρήσεων σε κατηγορίες ανάλογα με το εκάστοτε κριτήριο, π.χ. τη χωρική διάσταση-τοποθεσία (εστιατόρια πόλεων, εστιατόρια εντός ξενοδοχείων, μεταφορικών μέσων, αυτοκινητοδρόμων), τη διάρκεια λειτουργίας (συνεχής-εποχική), τα παρεχόμενα εδέσματα (εστιατόρια, οινομαγειρεία, ψαροταβέρνες, ψητοπωλεία, οβελιστήρια, πιτσαρίες, σνακ μπαρ). Τέλος, περιγράφονται οι κύριοι χώροι του εστιατορίου (τραπεζαρία, κουζίνα, μαγειρείο) και απαριθμούνται οι βοηθητικοί (office, βεστιάριο, τουαλέτες, αποθήκη, λάντζα). Για την ανάπτυξη της κριτικής σκέψης και τη διαμόρφωση στάσεων σε σχέση με τη μετεξέλιξη των εστιατορίων, συνιστάται η μέθοδος της μετασχηματίζουσας μάθησης μέσα από την τέχνη και επιλέγονται πίνακες ζωγραφικής όπως «Στην ταβέρνα» του David Teniers II.

2.3.ΣΤ.2 | ΠΡΟΣΩΠΙΚΟ ΤΟΥ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ

Το περιεχόμενο της συγκεκριμένης μαθησιακής υποενότητας επικεντρώνεται στη διοικητική δομή του προσωπικού του εστιατορίου και στα καθήκοντα που αντιστοιχούν σε κάθε θέση εργασίας (job description). Αρχικά, περιγράφεται η οργάνωση και η συνθήκη ιεραρχία που ακολουθείται στις επισιτιστικές επιχειρήσεις, η οποία εξαρτάται από την κατηγορία, το είδος της επιχείρησης και την πελατεία που προσελκύει. Στη συνέχεια, παρουσιάζεται ενδεικτικά η σύνθεση, το οργανόγραμμα και η διεθνής ονοματολογία του προσωπικού ενός πολυτελούς εστιατορίου. Ειδικότερα, αναλύονται τα καθήκοντα του/της Διευθυντή/-τριας Εστιατορίου (Restaurant Manager/Directeur/-trice de restaurant), του/της Εστιάρχου (Head waiter/Maître/-esse [d'hôtel]), του/της Υπεστιάρχου (Captain/Sous maître/-esse [d'hôtel]), του/της Τραπεζοκόμου (Waiter/Chef de rang), του/της Βοηθού Τραπεζοκόμου (Assistant waiter/Commis de rang), του/της Μαθητευομένου/-ης (Commis débarrasseur), του/της Οινοχόου (Wine waiter/Sommelier/-ère), του Κόπτη/Meat (Carver/Trancheur/-euse). Ακολούθως, ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην εφαρμογή των βασικών κανόνων συμπεριφοράς και εμφάνισης των εργαζομένων στον χώρο του εστιατορίου, αλλά και στην επικοινωνία του προσωπικού με το προσωπικό κουζίνας και τα λοιπά τμήματα του ξενοδοχείου, αν πρόκειται για εστιατόριο εντός ξενοδοχειακής μονάδας. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην παρουσίαση των ικανοτήτων και δεξιοτήτων στον χώρο της εστίασης. Η συμμετοχή και η συνεργασία των συμμετεχόντων/-ουσών επιτυγχάνεται με την παράλληλη συμπλήρωση φύλλων εργασίας και με την ομαδο-συνεργατική εξάσκηση με αντιστοίχιση των διαφόρων αρμοδιοτήτων-καθηκόντων του προσωπικού με την ανάλογη θέση εργασίας (π.χ. Αρμοδιότητα: έλεγχος εμφάνισης προσωπικού σάλας εστιατορίου – Θέση εργασίας: maître/-esse).

2.3.ΣΤ.3 | ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ

Σκοπός της υποενότητας είναι η εξοικείωση των εκπαιδευομένων με τη χρήση των επίπλων, των σκευών και του ιματισμού του εστιατορίου. Αρχικά, παρουσιάζεται και διακρίνεται ο εξοπλισμός σε έπιπλα, επιτραπέζια σκευή, ιματισμό. Στη συνέχεια, περιγράφονται τα βασικότερα έπιπλα που συναντώνται σε ένα εστιατόριο. Ειδικότερα, παρουσιάζονται τα τραπέζια και τα καθίσματα, τα οποία διακρίνονται ανάλογα με το σχήμα, τις διαστάσεις (π.χ. στρογγυλά, τετράγωνα, παραλληλόγραμμα) και το υλικό κατασκευής (ξύλινα, μεταλλικά, μπαμπού κ.λπ.). Επιδεικνύονται οι σκευοθήκες (πάσο, tables de service) και τα γκεριντόν (guéridons) και επεξηγείται η χρησιμότητά τους στη διευκόλυνση του σερβιρίσματος. Ακολουθεί επίδειξη των διαφόρων τρόλεϊ (tables roulantes) που χρησιμοποιούνται για τη μεταφορά και το σερβίρισμα εδεσμάτων, κρασιών, ποτών, γλυκών κ.λπ. Παράλληλα, απαριθμούνται τα επιτραπέζια σκευή του εστιατορίου, όπως μαχαίρια κρέατος, ψαριού, φρούτου, βουτύρου, γλυκού, πιρούνια κρέατος, ψαριού, φρούτου, γλυκού, κουτάλια σούπας, κονσομέ, γλυκού, σάλτσας, καφέ, τσαγιού κ.ά. Επίσης, κατονομάζονται τα είδη πορσελάνης, όπως πιάτα φαγητού, σούπας, φρούτου, γλυκού, ψωμιού, καφέ, τσαγιού, εσπρέσο. Έμφαση, επίσης, δίνεται στην περιγραφή και τα είδη ποτηριών και τη χρήση τους (ποτήρια νερού, κόκκινου κρασιού, σαμπάνιας, λευκού κρασιού, ποτήρια bar). Επιπρόσθετα, γίνεται αναφορά στα διάφορα σκευή service, όπως πιατέλες διαφόρων μεγεθών, οβάλ και στρογγυλές, καμπάνες, ψαριέρες, σουπιέρες, κουτάλες, μαχαίρια, πιρούνια ντεκουπάζ κρέατος και ψαριού, finger bowls, réseaux, σαμπανιέρες κ.λπ. Τέλος, περιγράφεται ο ιματισμός του εστιατορίου και, ειδικότερα, τα μολτόν (molletons), τραπεζομάντιλα-nappes (ναπ), τα ναπερόν (nappeons), πετσέτες τραπεζοκόμων, πελατών, δισκόπανα, ποτηρόπανα, μπουφεδόπανα. Για τη διδασκαλία, προτείνονται εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων σχετικά με τις τεχνικές στρωσίματος του τραπεζομάντιλου, διπλώματος της πετσέτας και εξοικείωσης με τον εξοπλισμό.

2.3.ΣΤ.4 | ΓΕΥΜΑΤΑ ΤΟΥ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ

Στη συγκεκριμένη υποενότητα, περιγράφονται τα βασικά είδη γευμάτων που παρέχει μια επισιτιστική επιχείρηση. Αρχικά, παρουσιάζεται η τυποποίηση και ταξινόμηση των γευμάτων σε δύο κατηγορίες, τα κύρια και τα δευτερεύοντα. Ειδικότερα, μελετώνται τα κύρια γεύματα που προσφέρονται σε ορισμένες ώρες της ημέρας και επαναλαμβάνονται καθημερινά, και περιλαμβάνουν το πρωινό (ευρωπαϊκό/continental breakfast, american breakfast, breakfast viennois, ελληνικό πρωινό), το μεσημεριανό και το βραδινό, και τα δευτερεύοντα, όπως το πολύ πρωινό τσάι ή early tea, το απογευματινό τσάι ή το five o'clock tea, το σουπέ (soubé), το εκδρομικό γεύμα (lunch basket) κ.λπ., τα οποία μπορεί να προσφέρονται σε καθορισμένες ώρες της ημέρας, αλλά δεν επαναλαμβάνονται καθημερινά. Στη συνέχεια, επεξηγούνται τα ειδικά γεύματα που παρατίθενται κατόπιν παραγγελίας και σε συγκεκριμένες,

επίσημες περιστάσεις με παρουσία συνήθως πολλών συνδαιτυμόνων, όπως οι συνεστιάσεις-δεξιώσεις-μπανκέ (banquets) και τα γεύματα σε μπουφέ (buffet). Επιπρόσθετα, επεξηγούνται οι «όροι συμφωνίας γευμάτων», οι οποίοι αφορούν προπληρωμένες συμφωνίες δωματίων ξενοδοχείου, που πλαισιώνονται και από προσφερόμενα γεύματα στο εστιατόριο (π.χ. RR, BB, HB, FB, AI). Τέλος, ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στις κλασικές μορφές του μεσημεριανού και του βραδινού γεύματος με διάθεση “à la carte” και “table d’hôte”. Στο πλαίσιο εμβάθυνσης και πληρέστερης κατανόησης της εν λόγω εκπαιδευτικής υποενότητας, προτείνεται να εμπλακούν όλοι οι εκπαιδευόμενοι/-ες, εργαζόμενοι/-ες κατά ομάδες, να εντοπίσουν τις διαφορές και να καταγράψουν τα πλεονεκτήματα και τα μειονεκτήματα κάθε μορφής διάθεσης (à la carte και table d’hôte). Η υποενότητα αυτή συνδέεται με τη μαθησιακή ενότητα «Σύνθεση Μενού» και καλλιεργεί τις απαραίτητες δεξιότητες και γνώσεις για την άσκηση του επαγγέλματος σε εργασιακούς χώρους μαζικής εστίασης.

2.3.ΣΤ.5 | ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ ΣΤΟ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ

Στην ενότητα αυτήν, παρουσιάζονται οι βασικοί κανόνες για την όσο το δυνατόν καλύτερη εξυπηρέτηση του πελάτη ενός εστιατορίου. Αρχικά, περιγράφεται ο τρόπος υποδοχής, αλλά και η σπουδαιότητα της πρώτης επαφής με τον πελάτη. Στη συνέχεια, αναλύεται η τεχνική της παραγγελιοληψίας και οι φάσεις που τη διέπουν. Ακολούθως, επιδεικνύονται τα σκεύη για τη διαμόρφωση του χώρου (mise en place), το στρώσιμο του τραπέζιου με βασικό κουβέρ (couvert) και η διακόσμησή του με άνθη. Επίσης, ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στους κανόνες τοποθέτησης επιτραπέζιων σκευών σύμφωνα με τα προσφερόμενα εδέσματα, απόσυρσης των επιτραπέζιων σκευών και εδεσμάτων, καθώς και στον τρόπο αποκατάστασης του χώρου μετά το σερβίρισμα. Για τη διδασκαλία της συγκεκριμένης υποενότητας, επειδή το μάθημα είναι θεωρητικό, προτείνεται η αξιοποίηση σύγχρονων ψηφιακών πολυμέσων (βίντεο) από το Διαδίκτυο για την εξοικείωση των εκπαιδευόμενων με το στρώσιμο τραπέζιου με βασικό κουβέρ, τον τρόπο σερβιρίσματος της σούπας, τη μεταφορά πιάτων (ζεστών/κρύων) με πετσέτα ή δίσκο παρουσία πελατών, τη χρήση πετσέτας τραπεζοκόμου με τον ενδεδειγμένο τρόπο, την τοποθέτηση πιάτων σε τραπέζι με πελάτες, ακολουθώντας τη σωστή κατεύθυνση, την παράθεση σούπας σε πιάτο από σουπιέρα, τη χρήση λαβίδας σερβιρίσματος, την απόσυρση και μεταφορά των άδειων πιάτων (débarrassage) και την αλλαγή τραπεζομάντιλου παρουσία πελατών. Ακολούθως, ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στους τρόπους είσπραξης του λογαριασμού και στο φιλοδώρημα, αλλά και στις τεχνικές πωλήσεων (upselling και cross-selling). Τέλος, ολοκληρώνοντας αυτή την υποενότητα, κρίνεται σημαντικό οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εξερευνήσουν τον πολιτισμό των λαών, τα ήθη, έθιμα και τις θρησκευτικές επιρροές και παραδόσεις, ώστε να βελτιώσουν τις δεξιότητές τους στον τομέα της εξυπηρέτησης και να ενισχύσουν τις επαγγελματικές τους επιδόσεις στον επισιτιστικό τομέα.

2.3.ΣΤ.6 | ΤΡΟΠΟΙ ΣΕΡΒΙΡΙΣΜΑΤΟΣ

Σκοπός της υποενότητας αυτής είναι να περιγράψει αναλυτικά τους διαφορετικούς τρόπους και τεχνικές σερβιρίσματος σύμφωνα με τα διεθνή πρότυπα της εστιατορικής τέχνης. Αρχικά, παρουσιάζεται ο οικογενειακός τρόπος παράθεσης εδεσμάτων, ακολουθεί ο αυστριακός αλλά και ο αγγλικός, με έμφαση στον χειρισμό της λαβίδας με «κουταλοπίνουν». Στη συνέχεια, αναλύεται ο γαλλικός και ο ρωσικός τρόπος και η μεθοδολογία και το πρωτόκολλο που ακολουθείται. Τέλος, επεξηγείται το σερβίρισμα με “guéridon”, η μερική εξυπηρέτηση μπουφέ και η αυτοεξυπηρέτηση. Για τη διδασκαλία της συγκεκριμένης υποενότητας και την επίτευξη των συγκεκριμένων διδακτικών σκοπών, προτείνεται η αξιοποίηση ψηφιακών πολυμέσων (βίντεο) από το Διαδίκτυο για την εξοικείωση των εκπαιδευόμενων με τον χειρισμό της λαβίδας σερβιρίσματος (κουτάλι και πιρούνι) στη δεξιά παλάμη, καθώς και με τη χρήση της με το πιρούνι σε ορθή και ανάστροφη θέση. Τέλος, για την εμβάθυνσης και την πληρέστερη κατανόηση της εν λόγω εκπαιδευτικής υποενότητας, παρόλο που το γνωστικό αντικείμενο είναι θεωρητικό, προτείνεται ο διδακτικός χρόνος να μην αναλωθεί αποκλειστικά σε εισηγήσεις, αλλά να συμμετάσχουν όλοι οι εκπαιδευόμενοι/-ες, εργαζόμενοι/-ες κατά ομάδες, και να περιγράψουν τα βασικά πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα κάθε τρόπου-τεχνικής σερβιρίσματος, συσχετίζοντάς τα με το είδος του εστιατορίου και το προφίλ των πελατών. Με την επιτυχή ολοκλήρωση της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα έχουν αποκτήσει τις γνώσεις και τις δεξιότητες για να εφαρμόζουν σωστά και αποτελεσματικά διάφορους τρόπους σερβιρίσματος, συμβάλλοντας στην παροχή υψηλής ποιότητας υπηρεσιών στον χώρο της εστίασης.

2.3.ΣΤ.7 | ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ

Σκοπός της τελευταίας υποενότητας είναι οι εκπαιδευόμενοι/-ες να αναπτύξουν τις δεξιότητες και τις γνώσεις που απαιτούνται για την επιτυχημένη οργάνωση εκδηλώσεων στον χώρο του εστιατορίου, συμπεριλαμβανομένης της διαμόρφωσης του χώρου, της διάταξης των τραπεζιών και της αποκατάστασης μετά την εκδήλωση. Αρχικά, παρουσιάζονται οι τύποι εκδηλώσεων που μπορεί να φιλοξενήσει ένα εστιατόριο, όπως γάμοι, επαγγελματικές συναντήσεις και λοιπές κοινωνικές εκδηλώσεις. Στη συνέχεια, επεξηγούνται οι ρόλοι και οι ευθύνες του προσωπικού, η σημασία της προετοιμασίας και του προγραμματισμού, καθώς και οι βασικές απαιτήσεις για μια επιτυχημένη εκδήλωση. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στη διαμόρφωση του χώρου του εστιατορίου, σύμφωνα με τις ανάγκες της εκδήλωσης. Αναλύονται θέματα όπως η επιλογή της διακόσμησης, ο φωτισμός, η ηχητική κάλυψη, η τοποθέτηση τραπεζομάντιλων, σερβίτσιων, ποτηριών, μαχαιροπέρουνων και η διάταξη των τραπεζιών (διάταξη «θεάτρου», «σχήμα U», «στρογγυλών τραπεζιών»). Επιπρόσθετα, περιγράφονται οι εργασίες καθαριότητας πριν από την εκδήλωση, όπως καθάρισμα επιφανειών, σκούπισμα και σφουγγάρισμα δαπέδου, και επισημαίνεται η σπουδαιότητα των κανόνων υγιεινής και ασφάλειας για μια επιτυχημένη διοργάνωση. Τέλος, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με τις διαδικασίες καθαρισμού και επαναφοράς

του χώρου στην αρχική του κατάσταση, οι οποίες περιλαμβάνουν την απομάκρυνση της διακόσμησης, τον καθαρισμό των τραπεζιών και των καρεκλών και την αποθήκευση του εξοπλισμού. Μέσα από αυτή την εκπαιδευτική υποενοότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες για να εκτελούν αυτές τις διαδικασίες αποτελεσματικά και επαγγελματικά.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Αρβανίτης, Κ. & Αρβανίτης, Δ. (2016). *Εστιατόριο: διοίκηση και οργάνωση επισιτιστικών επιχειρήσεων*. Αθήνα: Εκδόσεις Προπομπός.
2. Μάρας, Α. Γ. (1997). *Οργάνωση – Τεχνική Εστιατορικών Μονάδων*. Αθήνα: Εκδόσεις Interbooks.

Συμπληρωματικές

1. Πρωτοπαπαδάκης, Ι. (2021). *Εξυπηρέτηση Πελατών σε φιλοξενία & εστίαση. Τα μυστικά για να προσφέρετε υπηρεσίες 5 αστέρων στους πελάτες σας*. Αθήνα: Εκδόσεις Rosili.
2. Φιλιππίδης, Δ. Α. & Τζένος, Χ. (2001). *Οργάνωση & Λειτουργία Εστιατορίου. Κλασικές & Σύγχρονες Μορφές Εξυπηρέτησης*. Αθήνα: Εκδόσεις Le Monde/Les Livres du Tourisme.

2.3.Z • ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ (ΕΞΑΜΗΝΟ Γ΄)

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι η ενίσχυση των γνώσεων, των δεξιοτήτων και των ικανοτήτων που απέκτησαν οι εκπαιδευόμενοι/-ες στις υπόλοιπες μαθησιακές ενότητες του εξαμήνου, με έμφαση στη διαθεματικότητα. Στο πλαίσιο αυτό, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλούνται να πραγματοποιήσουν ποικίλες εκπαιδευτικές δράσεις αξιοποιώντας το σύνολο των γνώσεων που αποκόμισαν στο τρέχον εξάμηνο. Οι εκπαιδευτικές δράσεις μπορούν να γίνουν εντός αλλά και εκτός των εγκαταστάσεων της εκπαιδευτικής δομής. Ενδεικτικά οι εκπαιδευτικές δραστηριότητες περιλαμβάνουν: εκπόνηση διαθεματικών εργασιών, σεμιναριακές παρουσιάσεις, εργαστηριακές εφαρμογές, εκπαιδευτικές επισκέψεις σε πρότυπους επαγγελματικούς χώρους, συμμετοχή σε επαγγελματικές ημερίδες, συνέδρια, φεστιβάλ, εκθέσεις. Η αξιολόγηση της μαθησιακής ενότητας μπορεί να γίνει είτε με μορφή δομημένων εργασιών είτε με εργαστηριακή αξιολόγηση υπό την εποπτεία υπεύθυνου/-ης συντονιστή/-τριας εκπαιδευτή/-τριας, ο/η οποίος/-α καθοδηγεί τη διαδικασία και παρέχει τις απαραίτητες πηγές και διευκρινίσεις για το επιδιωκόμενο μαθησιακό αποτέλεσμα.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Περιγράφουν τις αρμοδιότητες του προσωπικού κουζίνας, τους χώρους ευθύνης και τους βασικούς χειρισμούς πρώτων υλών,
- Αναγνωρίζουν τους όρους γαστρονομικής τέχνης,
- Σχεδιάζουν τη λειτουργία των εγκαταστάσεων βάσει συγκεκριμένων κριτηρίων,
- Διαμορφώνουν και να ελέγχουν το πλάνο υγιεινής και ασφάλειας των τροφίμων και του χώρου παραγωγής,
- Χειρίζονται τα διάφορα εργαλεία και τις συσκευές με συγκεκριμένες μεθόδους και με ασφάλεια,
- Χρησιμοποιούν την ορολογία και τους όρους γαστρονομίας σύμφωνα με τα διεθνή πρότυπα,
- Οργανώνουν τον χώρο ευθύνης τους σύμφωνα με τους κανόνες της υγιεινής και με σεβασμό στους κανόνες ορθής πρακτικής,
- Ελέγχουν την ποιότητα και την επάρκεια των πρώτων υλών και των μηχανικών μέσων ανάλογα με το προς παραγωγή προσδοκώμενο αποτέλεσμα,
- Αναγνωρίζουν βασικές πρώτες ύλες μαγειρικής και τις ιδιότητές τους,
- Αναγνωρίζουν βασικές τεχνικές μαγειρικής και τη χρήση τους.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Γαστρονομία / Λειτουργία εστιατορίου / Ποιότητα εδεσμάτων / Πιστοποίηση εστιατορίων / Πιστοποίηση προϊόντων / Εδώδιμα προϊόντα / Διεθνής κουζίνα.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (0), Εργαστήριο (4), Σύνολο (4).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

Α/Α	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΣΥΝΘΕΤΟΙ ΟΡΟΙ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ, ΑΡΤΟΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ
2	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ
3	ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΧΩΡΟΥ ΕΥΘΥΝΗΣ ΚΑΙ ΕΛΕΓΧΟΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΣΤΗ ΜΑΖΙΚΗ ΕΣΤΙΑΣΗ
4	ΣΗΜΑΤΑ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΩΝ, ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΩΝ ΚΑΙ ΤΡΟΦΙΜΩΝ
5	ΤΟΠΙΚΑ ΚΑΙ ΕΔΩΔΙΜΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΕΘΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ
6	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΤΑ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ, ΤΑ ΜΙΚΡΑ ΨΑΡΙΑ, ΤΟΝ ΚΙΜΑ ΚΑΙ ΤΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ
7	ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΤΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ – ΔΙΕΘΝΗΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ

Κείμενο αναφοράς

2.3.Z.1 | ΣΥΝΘΕΤΟΙ ΟΡΟΙ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ, ΑΡΤΟΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ

Στην παρούσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με τη διεθνή ορολογία τεχνικών μεθόδων στη μαγειρική, την αρτοζαχαροπλαστική και τη γαστρονομία, όπως για παράδειγμα τα στάδια παρασκευής ωμών εδεσμάτων με ψάρι ή κρέας. Πιο συγκεκριμένα, προωθείται η ανάλυση και η εμβάθυνση σε όρους που σχετίζονται με την παρασκευή παραδοσιακών αρτοσκευασμάτων και εδεσμάτων άλλων εθνικοτήτων, καθώς και με τη μοριακή γαστρονομία. Η ενότητα εστιάζεται στη μελέτη των όρων που σχετίζονται με τις χημικές αντιδράσεις των υλικών, τη σταθερότητα της γεύσης, τη σχέση ανάμεσα στην υφή και τη γεύση. Έμφαση δίνεται στη χρήση κοινής επαγγελματικής γλώσσας, στη διασφάλιση ποιότητας και συνοχής, καθώς και στην εναρμόνιση με τη διεθνή αγορά. Επιπροσθέτως, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με διάφορα προϊόντα και τεχνικές που αφορούν τόσο τη μαγειρική όσο και τη ζαχαροπλαστική, ενισχύοντας έτσι τις γνώσεις τους στα υλικά και τις τεχνικές διαφόρων πολιτισμών και εμβαθύνοντας στη λεγόμενη fusion κουζίνα. Αυτό τους επιτρέπει να είναι ενήμεροι/-ες, καταρτισμένοι/-ες και εξοικειωμένοι/-ες με απροσδόκητους συνδυασμούς υλικών και στοιχείων στο ίδιο πιάτο, όπως «μους λευκής σοκολάτας με μπισκότο γιαουρτιού», «παγωτό αρακά», «χιόνι ελαιολάδου» κ.λπ. Συνοψίζοντας, σε αυτή την υποενότητα, τίθενται οι βάσεις για το επάγγελμα της μαγειρικής και την εξέλιξη των εκπαιδευόμενων. Είναι ωφέλιμο για τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες να παρακολουθήσουν σεμιναριακές παρουσιάσεις, να πραγματοποιήσουν εκπαιδευτικές επισκέψεις σε πρότυπους επαγγελματικούς χώρους ανάλογου επιπέδου και να έχουν ενεργή συμμετοχή σε επαγγελματικές ημερίδες, συνέδρια, φεστιβάλ και εκθέσεις.

2.3.Z.2 | ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ

Η παρούσα μαθησιακή υποενότητα παρακινεί τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες να γνωρίσουν τις κατηγορίες των εστιατορίων μέσα από την οργάνωσή τους. Συγκεκριμένα,

εξετάζονται η σύνθεση του προσωπικού και οι αρμοδιότητές τους, ο απαραίτητος εξοπλισμός, η προετοιμασία των χώρων, οι τεχνικές μεταφοράς σκευών, τα είδη κουβέρ και τα είδη γευμάτων, οι τρόποι σερβιρίσματος, οι τεχνικές υποδοχής, η μέθοδος παραγγελιοληψίας και παράθεσης γευμάτων, καθώς και οι βασικές αρχές υγιεινής, ασφάλειας και επαγγελματικής συμπεριφοράς. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εφαρμόζουν όσα έχουν διδαχθεί και εκπαιδεύονται να συνδυάζουν τεχνικές ικανότητες με δεξιότητες μάνατζμεντ. Διακρίνουν τους τρόπους διαχείρισης της κουζίνας, ελέγχουν τις διαδικασίες σερβιρίσματος και επιλύουν ζητήματα που αφορούν την οργάνωση και τον εσωτερικό έλεγχο του εστιατορίου, αναπτύσσοντας τις κοινωνικές τους δεξιότητες. Εφαρμόζουν ειδικές επαγγελματικές γνώσεις, ικανότητες, δεξιότητες που έχουν διδαχθεί, δίνοντας έμφαση στη σύνδεση της φιλοξενίας με την ψυχαγωγία και την ποιότητα στις παρεχόμενες υπηρεσίες. Είναι σημαντικό οι εκπαιδευόμενοι/-ες να κατανοούν το οργανόγραμμα της κουζίνας, να ενισχύουν την ικανότητα λήψης αποφάσεων, να προβαίνουν άμεσα σε διορθωτικές ενέργειες για τυχόν λάθη ή παραλήψεις ποιότητας και οικονομικής φύσης, να προλαμβάνουν ατυχήματα και αστοχίες, να είναι σε θέση να διεκπεραιώνουν παράλληλα διάφορες εργασίες και να συνεργάζονται με τα υπόλοιπα τμήματα και μέλη της ομάδας. Για τη διδασκαλία της υποενότητας, προτείνονται η τεχνική της εμπλουτισμένης εισήγησης, κατάλληλη για εισαγωγή νέων θεμάτων και μελέτες περίπτωσης για τον προβληματισμό και την κινητοποίηση του ενδιαφέροντος των εκπαιδευομένων.

2.3.Ζ.3 | ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΧΩΡΟΥ ΕΥΘΥΝΗΣ ΚΑΙ ΕΛΕΓΧΟΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΣΤΗ ΜΑΖΙΚΗ ΕΣΤΙΑΣΗ

Η παρούσα υποενότητα αποτελεί σημαντικό κομμάτι στην εκπαίδευση στον τομέα της μαγειρικής τέχνης. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με την ανάληψη ευθύνης ενός χώρου, είτε πρόκειται για κουζίνα, αρτοποιείο ή οποιονδήποτε άλλο σχετικό χώρο, και υιοθετούν ορθές πρακτικές για τον οργανωμένο και αποτελεσματικό χειρισμό των καθηκόντων τους. Αυτό περιλαμβάνει τον σχεδιασμό της διάταξης του χώρου, με έμφαση στην υγιεινή και τη συμμόρφωση προς τους κανόνες διαχείρισης. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν να είναι υπεύθυνοι/-ες για τον έλεγχο της ποιότητας και της επάρκειας των πρώτων υλών και των μηχανικών μέσων. Η διαδικασία περιλαμβάνει την προμήθεια υψηλής ποιότητας πρώτων υλών, όπως φρέσκων φρούτων, λαχανικών, κατάλληλων κρεάτων και ψαριών, σύμφωνα με την επιθυμητή συνταγή. Επιπλέον, διασφαλίζουν ότι τα μηχανικά μέσα, όπως φούρνοι, σχάρες, εξοπλισμός και εργαλεία, λειτουργούν σωστά και υπόκεινται σε συνεχή συντήρηση βάσει ενός οργανωμένου πλάνου. Σκοπός αυτής της ενέργειας είναι η διατήρηση υψηλών προτύπων ποιότητας και αποτελεσματικότητας, που είναι στοιχεία κρίσιμα για την παραγωγή προϊόντων υψηλής ποιότητας και για την επίτευξη της ικανοποίησης των πελατών. Η προσήλωση στην υγιεινή και στους κανόνες ορθής πρακτικής, καθώς και η διαρκής παρακολούθηση της ποιότητας εξασφαλίζουν την επαγγελματική αξιοπιστία και επιτυχία. Επιπρόσθετα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εφαρμόζουν προληπτικά

μέτρα και προετοιμάζονται για πιθανές έκτακτες καταστάσεις, ενισχύοντας το ομαδικό πνεύμα και την αίσθηση ευθύνης. Η διαδικασία αυτή τους καθιστά ικανούς/-ές να εκπαιδεύσουν τις δικές τους μελλοντικές ομάδες. Τέλος, η διαδικασία αυτοελέγχου και οργάνωσης των αρμοδιοτήτων παρουσιάζεται στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες ως η μέθοδος διαχείρισης που επιλέγει ο/η μελλοντικός/-ή επαγγελματίας.

2.3.Z.4 | ΣΗΜΑΤΑ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗΣ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΩΝ, ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΩΝ ΚΑΙ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Σε αυτή την υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τα εθνικά σήματα πιστοποίησης των εστιατορίων, των ξενοδοχείων αλλά και των τροφίμων που αποτελούν την πρώτη ύλη για τα εδέσματα. Κεντρικός στόχος είναι η κατανόηση και η απόκτηση των απαραίτητων γνώσεων για τις προϋποθέσεις απόκτησης σήματος πιστοποίησης από τις επιχειρήσεις, καθώς και η αναγνώριση των πιστοποιημένων τροφίμων βάσει προδιαγραφών. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες απαριθμούν τα κριτήρια των σημάτων πιστοποίησης για τις επιχειρήσεις, τα οποία είναι η Ελληνική Κουζίνα του Υπουργείου Τουρισμού, το Ελληνικό Πρωινό για τα ξενοδοχεία από το Ξενοδοχειακό Επιμελητήριο Ελλάδος, το Μακεδονικό Σήμα από τον Σύνδεσμο Εξαγωγέων Βορείου Ελλάδος (ΣΕΒΕ). Όσον αφορά τα τρόφιμα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναγνωρίζουν τα προϊόντα με την πιστοποίηση «Ελληνικό Σήμα», το οποίο εγγυάται ότι πρώτες ύλες παρήχθησαν στην Ελλάδα και η μεταποίησή του πραγματοποιήθηκε, επίσης, στην Ελλάδα. Επίσης, αναγνωρίζουν τους εθνικούς φορείς που είναι υπεύθυνοι για την απονομή των σημάτων, όπως τον ΕΛΓΟ ΔΗΜΗΤΡΑ, το Υπουργείο Τουρισμού και τις Περιφέρειες, όπως είναι η Κρήτη με τα Κρητικά Προϊόντα και η Κεντρική Μακεδονία με τα Μακεδονικά Προϊόντα. Κρίνεται σημαντικό να δοθούν και παραδείγματα από σήματα που μπορούν να εντοπίσουν οι εκπαιδευόμενοι/-ες στις ετικέτες τροφίμων, όπως για παράδειγμα το “halal” και το “kosher” που αφορούν θρησκευτικές ιδιαιτερότητες. Ακολούθως, κρίνεται σκόπιμο να γίνει αναφορά και στα σήματα που αφορούν τα τρόφιμα που είναι κατάλληλα για τα άτομα που ακολουθούν μία vegan ή vegetarian ή gluten free ή lactose free διατροφή. Η χρήση παραδειγμάτων από πιστοποιημένες επισιτιστικές επιχειρήσεις που πρόκειται να συνεργαστούν οι εκπαιδευόμενοι/-ες κρίνεται σημαντική για την εμπέδωση των σημάτων πιστοποίησης.

2.3.Z.5 | ΤΟΠΙΚΑ ΚΑΙ ΕΔΩΔΙΜΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΕΘΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΔΙΕΘΝΟΥΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ

Στη συγκεκριμένη υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τα τοπικά και εδώδιμα προϊόντα, καθώς και τα ευρωπαϊκά και εξοικειώνονται με ορισμούς όπως είναι η Προστατευόμενη Ονομασία Προέλευσης (ΠΟΠ), η Προστατευόμενη Γεωγραφική Ένδειξη (ΠΓΕ), τα Εγγυημένα Παραδοσιακά Ιδιότυπα Προϊόντα (ΕΠΙΠ), τα βιολογικά προϊόντα, τα προϊόντα ορεινής παραγωγής, τα προϊόντα νησιωτικής γεωργίας κ.λπ. Παράλληλα, εντοπίζουν τα εδέσματα των μενού και τα αναβαθμίζουν ποιοτικά επιλέγοντας νέες πρώτες ύλες. Τα παραδοσιακά ελληνικά τρόφιμα αποτελούν αντανάκλαση του πολιτισμού μας και έχουν χαρακτηριστικά υγιεινής διατροφής, καθώς

η παραδοσιακή Μεσογειακή Διατροφή στηρίζει την αειφορία, την τοπική αγροτική ανάπτυξη και την οικονομική βιωσιμότητα μικρών επιχειρήσεων. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες καταγράφουν τα εδέσματα που εμφανίζονται πιο συχνά στα μενού τους και αναζητούν αυθεντικά προϊόντα μέσα από ψηφιακές πλατφόρμες ή φυσικά καταστήματα για να τα γνωρίσουν και να τα γευθούν. Παρουσιάσεις από επαγγελματίες διεθνών κουζινών στο εργαστήριο είναι επιθυμητές, αρκεί να τηρούνται οι κανόνες υγιεινής και να προβάλλονται οι αυθεντικές μέθοδοι μαγειρικής. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναγνωρίζουν τα οφέλη της χρήσης τοπικών και εδωδιμων προϊόντων στην υγεία, την οικονομία και τον τουρισμό. Επιπλέον, αξιοποιώντας τα προϊόντα αυτά, μπορούν να φτιάξουν ενδεικτικά μενού, ώστε να συμβάλουν ενεργά στην ανάδειξη της γαστρονομικής ταυτότητας του τόπου τους. Χαρακτηριστικό παράδειγμα αποτελούν οι ελληνικές πίτες, οι οποίες παρασκευάζονται με τοπικά αγροτικά προϊόντα και σύμφωνα με τις τοπικές παραδόσεις.

2.3.Z.6 | ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΤΑ ΘΑΛΑΣΣΙΝΑ, ΤΑ ΜΙΚΡΑ ΨΑΡΙΑ, ΤΟΝ ΚΙΜΑ ΚΑΙ ΤΟ ΚΟΤΟΠΟΥΛΟ

Στην παρούσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εισάγονται στις σύνθετες συνταγές πρώτων και κυρίως πιάτων. Επικεντρώνονται στις βασικές έννοιες και μεθόδους μαγειρικής που διέπουν την τέχνη της μαγειρικής. Αρχικά, εξοικειώνονται με τον ρόλο του/της μάγειρα/-ισσας, με την ποιότητα του εδέσματος, το στόλισμα, την ποσότητα, τον συνδυασμό των γεύσεων, την επιλογή του σκεύους ως μέγεθος και ως υλικό και, τέλος, με το κόστος της πρώτης ύλης. Οι πρότυπες συνταγές εφαρμόζονται σε κάθε έδεσμα, σύμφωνα με τη μεθοδολογία που έχει ορίσει ο/η εκπαιδευτής/-τρια. Συγκεκριμένα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες προχωρούν στον ορισμό των εννοιών και στην ανάλυση των πρώτων υλών, των μεθόδων και όλων των επιλογών τους. Στη συνέχεια, έρχονται σε επαφή με την αξιολόγηση του τελικού αποτελέσματος, που είναι η συνισταμένη της γεύσης, της εμφάνισης και της ποσότητας, καθώς και με τον καθορισμό μιας ενδεικτικής τιμής πώλησης στο εστιατόριο. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες γεύονται και αξιολογούν τα εδέσματα που παρουσιάζουν όλα τα μέλη της ομάδας για να καταλήξουν σε καίρια συμπεράσματα. Τα εδέσματα που παρουσιάζουν προέρχονται από την ελληνική κουζίνα, π.χ. πάστωμα γαύρου με ξεκοκάλισμα από τους ίδιους/-ες, γαρίδες σαγανάκι, μύδια σαγανάκι, μυδοπίλαφο, μύδια αχνιστά, γάμπαρη τηγανιτή, κουτσομούρες τηγάνι, βάτο αχνιστό, γαριδομακαρονάδα κ.ά. Παράλληλα, παρουσιάζουν εδέσματα με βάση τον κιμά, όπως κεφτέδες, μπιφτέκια, μπουρμπουριστούς, γιαπράκια, λαχανοντολμάδες με σάλτσα αβγολέμονο, κοκκινιστό μοσχάρι, κοτόπουλο πανέ, κοτόπουλο ρολό, που ξεκοκαλίζουν οι ίδιοι/-ες κ.ά. Τέλος, αναλύονται οι μέθοδοι παρασκευής που ακολουθούν οι επιχειρήσεις εστίασης, οι οποίες περιλαμβάνουν τέσσερα στάδια, που είναι τα εξής: καθιέρωση προτύπων στις διαδικασίες παραγωγής και διαχείρισης, εκπαίδευση υπαλλήλων, παρακολούθηση ενεργειών και ανάληψη άμεσων διορθωτικών ενεργειών.

2.3.Z.7 | ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΣΤΗ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ – ΔΙΕΘΝΗΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ

Στην τρέχουσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με την παρουσίαση μιας διεθνούς κουζίνας γεμάτης τεχνικές και μεθόδους μαγειρικής και αρτοζαχαροπλαστικής, προσδιορίζοντας καλύτερα την τοπική και τη διεθνή γαστρονομία. Για τον σκοπό αυτόν, συνιστάται αρχικά η επανάληψη των σχετικών θεωρητικών γνώσεων και η ψηφιακή παρουσίαση δεσμών που είναι διεθνώς αναγνωρισμένα, όπως οι τεχνικές carpaccio, tartar, ceviche, καθώς και ασιατικές παρασκευές όπως sashimi και tataki. Επίσης, παρουσιάζονται δημοφιλείς σούπες όπως η ramen, ενώ γίνεται αναφορά στα διάφορα είδη sushi που σερβίρονται στα εστιατόρια, όπως maki, nigiri, uramaki, temaki, chirashi. Σε όλες τις παραπάνω παρασκευές, οι εκπαιδευόμενοι/-ες μαθαίνουν να επιλέγουν τις πρώτες ύλες, σεβόμενοι/-ες την πρότυπη συνταγή και διασφαλίζοντας την ποιότητα μέσω της επιλογής άριστων συστατικών σε κρέας, ψάρι και λαχανικά, με προτίμηση στις τοπικά προϊόντα, όπου είναι εφικτό και θεμιτό. Είναι χαρακτηριστικό ότι μετά τους Ολυμπιακούς Αγώνες της Αθήνας, ο γαστρονομικός χάρτης στην Ελλάδα έχει εμπλουτιστεί με γευστικούς θησαυρούς που αντανakλούν το ραφινάρισμα της παραδοσιακής κουζίνας, και αυτό επιτεύχθηκε χάρη στους εστιάτορες, τους chefs, τους ζαχαροπλάστες, τους παραγωγούς, τους φορείς και όσους εμπλέκονται στην αλυσίδα της εστίασης. Τέλος, με αυτό το σκεπτικό, οι εκπαιδευόμενοι/-ες, εκτός τις διεθνείς κουζίνες, οφείλουν να καταγράφουν και να επιδιώκουν ακόμη περισσότερο την προώθηση της ελληνικής κουζίνας μέσα από ιδιαίτερα πιάτα της παράδοσης με τεχνικές που ήδη έχουν διδαχθεί σε προηγούμενα εξάμηνα, όπως γλώσσα μοσχαρίσια με ρεβίθια, τζιγεροσαρμάδες, χταπόδι γιαχνί, ταραμοκεφτέδες, λουκουμάδες φέτας κ.ά.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Χειλαδάκης, Σ. (2019). *Εγχειρίδιο Τεχνικού Μαγειρικής Τέχνης* (4η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Επτάλοφος.
2. Καλόςσας, Ε. & Παναγούλης, Α. (2017). *Μαγειρεύουμε. Η δημιουργία*. Αθήνα: Εκδόσεις Le Monde/Les Livres du Tourisme.
3. Θεοδωρέλης, Χ. Δ. (2023). *Επιστήμη και Τεχνογνωσία στη Μαζική Εστίαση*. Θεσσαλονίκη: Ιδιωτική έκδοση.
4. Κεραμέας, Ζ. (1996). *Μαγειρική Τέχνη* [Σημειώσεις]. Θεσσαλονίκη: ΤΕΣΤΕΘ.

Συμπληρωματικές

1. Παλησίδης, Γ. & Μπόσκου, Γ. (2012). *Νέα διατροφικά πρότυπα*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ.
2. Μπαρμπαρίγου, Α. & Παπαλαζάρου, Α. (2023). *Από στόμα σε στόμα. Θησαυροί της ελληνικής κουζίνας*. Αθήνα: Εκδόσεις Σταμούλη.
3. Βασιλοπούλου, Α. (2016). *Νοστιμιές Μεσογειακές. Χωρίς γάλα, σιτηρά (γλουτένη), αυγό, ξηρούς καρπούς* (δίγλωσση έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Μεταίχμιο.

2.4 • ΕΞΑΜΗΝΟ Δ΄

2.4.A • ΑΓΓΛΙΚΑ II

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι να εισαγάγει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες στις βασικές έννοιες της αγγλικής γλώσσας και της σχετικής ορολογίας που χρησιμοποιούνται στους χώρους της επαγγελματικής μαγειρικής.

Ειδικότερα, παρουσιάζονται συνταγές στην αγγλική γλώσσα, με έμφαση στην ορθή διατύπωσή τους σε επίπεδο επαγγελματικής ορολογίας. Επιπρόσθετα, γίνεται προφορική παρουσίαση των παρασκευασμάτων, με τη χρήση της ανάλογης ορολογίας. Τέλος, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξασκούνται στη σωστή προφορά βασικών λέξεων ορολογίας και επικοινωνίας.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Αναφέρουν τα βασικά υλικά στην αγγλική γλώσσα,
- Αριθμούν στα αγγλικά τις ποσότητες των υλικών μιας συνταγής,
- Ονοματίζουν στα αγγλικά τα σκεύη και τις εγκαταστάσεις ενός επαγγελματικού χώρου,
- Αναγνωρίζουν την αγγλική ορολογία επαγγελματικής μαγειρικής,
- Προσδιορίζουν την ιεραρχία μιας επαγγελματικής κουζίνας στην αγγλική γλώσσα,
- Αναλύουν στα αγγλικά τις διάφορες τεχνικές προετοιμασίας των συνταγών,
- Χρησιμοποιούν το κατάλληλο λεξιλόγιο για την παρουσίαση παρασκευών στην αγγλική γλώσσα,
- Περιγράφουν την προετοιμασία μιας συνταγής στην αγγλική γλώσσα,
- Παρουσιάζουν τον εαυτό τους στα αγγλικά κατά τη διάρκεια μιας επαγγελματικής συνέντευξης στον εργασιακό χώρο,
- Αναπτύσσουν διαλόγους στα αγγλικά με συναδέλφους/-ισσες σχετικά με τις πρώτες ύλες.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Bartending / Cooking videos / Culinary terminology / Describing a dish /

Dialogue simulations / Food styling / Handling customer complaints / Note-taking /

Ordering a dish / Problem solving.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο 2.

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΑΝΑΓΝΩΣΗ ΣΥΝΤΑΓΩΝ ΚΑΙ ΤΗΡΗΣΗ ΣΗΜΕΙΩΣΕΩΝ
2	ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΥΝΤΑΓΩΝ
3	ΑΠΟΔΟΣΗ ΣΥΝΤΑΓΗΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΛΟΓΟΥ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ ΣΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ
4	ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΒΙΝΤΕΟΣΚΟΠΗΜΕΝΩΝ ΣΥΝΤΑΓΩΝ ΚΑΙ ΤΗΡΗΣΗ ΣΗΜΕΙΩΣΕΩΝ
5	ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΩΝ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΣΥΝΤΑΓΗΣ ΜΕ ΕΜΦΑΣΗ ΣΤΟ FOOD STYLING
6	ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΣΕΙΣ ΔΙΑΛΟΓΩΝ ΓΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΩΝ, ΕΠΙΘΥΜΙΩΝ ΚΑΙ ΠΑΡΑΠΟΝΩΝ ΠΕΛΑΤΩΝ
7	ΑΓΓΛΙΚΗ ΟΡΟΛΟΓΙΑ BARTENDING

Κείμενο αναφοράς

2.4.A.1 | ΑΝΑΓΝΩΣΗ ΣΥΝΤΑΓΩΝ ΚΑΙ ΤΗΡΗΣΗ ΣΗΜΕΙΩΣΕΩΝ

Ο στόχος αυτής της υποενότητας είναι να εξοικειωθούν οι εκπαιδευόμενοι/-ες σερβ με την ανάγνωση συνταγών και την τήρηση λεπτομερών σημειώσεων κατά τη διάρκεια της μαγειρικής διαδικασίας. Δεδομένου ότι η κατανόηση και η σωστή εφαρμογή των συνταγών είναι απαραίτητη για την επιτυχία στη μαγειρική τέχνη, η τήρηση σημειώσεων συμβάλλει τόσο στη βελτίωση των μαγειρικών δεξιοτήτων όσο και την ανάπτυξη προσωπικών συνταγών. Αρχικά, γίνεται ανακεφαλαίωση της βασικής ορολογίας μιας συνταγής στην αγγλική γλώσσα, όπως ingredients, cooking methods και preparation time. Δίνονται παραδείγματα διαφόρων ειδών συνταγών και αναλύονται τα κοινά λάθη που γίνονται κατά την ανάγνωσή τους. Προσδιορίζονται και εξηγούνται στα αγγλικά οι μετρήσεις υλικών, οι μέθοδοι προετοιμασίας, οι τεχνικές μαγειρέματος, όπως grilling και frying, οι χρόνοι μαγειρέματος και οι τελικές οδηγίες food styling. Εξηγείται η σημασία της τήρησης σημειώσεων κατά τη διάρκεια της μαγειρικής και δίνονται οδηγίες στα αγγλικά για τον τρόπο καταγραφής των αλλαγών στις συνταγές, των παρατηρήσεων για τη γεύση και την υφή των πιάτων, καθώς και των προσωπικών βελτιώσεων. Ως εκπαιδευτικές μέθοδοι προτείνονται η χρήση ενός μαγειρικού ημερολογίου ή τετραδίου σημειώσεων και ο χωρισμός των εκπαιδευομένων σε ομάδες με σκοπό να διαβάσουν και να εκτελέσουν μια συνταγή, καταγράφοντας παράλληλα τις παρατηρήσεις τους και τυχόν αλλαγές που πραγματοποιούν, στην αγγλική γλώσσα. Οι σημειώσεις τους συζητούνται στο τέλος του μαθήματος, ώστε να εντοπιστούν κοινά προβλήματα και να δοθούν λύσεις. Με την ολοκλήρωση της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν δεξιότητες ακριβούς ανάγνωσης και εκτέλεσης συνταγών και αποτελεσματικής τήρησης σημειώσεων, γεγονός που συμβάλλει σημαντικά στην επαγγελματική τους ανάπτυξη.

2.4.A.2 | ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΚΑΙ ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΣΥΝΤΑΓΩΝ

Η παρούσα υποενότητα στοχεύει στην εκμάθηση βασικών φράσεων και διαλόγων που σχετίζονται με την παρουσίαση πιάτων σε πελάτες στα αγγλικά. Αρχικά, οι εκπαιδευόμενοι/-ες επικεντρώνονται στο βασικό λεξιλόγιο που χρειάζονται για την παρουσίαση ενός πιάτου, ξεκινώντας από τις διάφορες κατηγορίες γευμάτων και συνεχίζοντας με την αγγλική ορολογία/ονοματολογία των βασικών ειδών λαχανικών, φρούτων, κρεάτων, ψαριών και θαλασσινών. Γίνεται αναφορά σε χρήσιμες φράσεις παρουσίασης και περιγραφής ενός πιάτου, μέσω ανάλυσης τόσο των επιμέρους συστατικών που χρησιμοποιούνται όσο και των μαγειρικών τεχνικών. Επιπλέον, παρουσιάζονται οι απαραίτητες αγγλικές συνδετικές λέξεις και φράσεις, ώστε να υπάρχει συνοχή, λογική και χρονική αλληλουχία και ακρίβεια στην παροχή πληροφοριών για το εκάστοτε πιάτο. Οι εκπαιδευτικές μέθοδοι που προτείνονται για τη διδασκαλία είναι η εισήγηση αναφορικά με την ορθή χρήση του λεξιλογίου και την ανάλυση των γλωσσικών πράξεων, και η αξιοποίηση εποπτικών μέσων κατά την παρουσίαση και ανάλυση αυθεντικών διαλόγων στην αγγλική γλώσσα. Η εκπαιδευτική διαδικασία ολοκληρώνεται με προσομοίωση και παιχνίδι ρόλων, κατά τα οποία οι εκπαιδευόμενοι/-ες εναλλάσσονται στους ρόλους του/της σεφ και του πελάτη, κάνουν ερωτήσεις για συγκεκριμένα πιάτα και απαντούν με αυτοπεποίθηση, δίνοντας αναλυτική περιγραφή και πληροφορίες. Μέσω ανατροφοδότησης και συζήτησης, ο/η εκπαιδευτής/-τρια παρέχει συμβουλές και διορθώσεις, και οι εκπαιδευόμενοι/-ες αντιλαμβάνονται τι μπορεί να βελτιωθεί στη χρήση της αγγλικής γλώσσας.

2.4.A.3 | ΑΠΟΔΟΣΗ ΣΥΝΤΑΓΗΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΛΟΓΟΥ ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟΥ ΣΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ

Η τρίτη υποενότητα επιτρέπει στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες να αναπτύξουν τις δεξιότητές τους στη μετάφραση/απόδοση μιας συνταγής και ενός καταλόγου εστιατορίου από τα αγγλικά στα ελληνικά. Κατά τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες επιλέγουν αυθεντικές συνταγές και καταλόγους εστιατορίου, τα μελετούν λεπτομερώς και αναλαμβάνουν τη μετάφρασή τους στα ελληνικά. Αξιοποιούνται οι μεταφραστικές δεξιότητες και η δημιουργικότητα των εκπαιδευομένων, και γίνεται εστίαση στην αγγλική μαγειρική ορολογία και στην κατά το δυνατόν πιστότερη απόδοσή της στα ελληνικά. Μέσω αυτής της μαθησιακής υποενότητας, προσφέρεται μια ποικιλία προσεγγίσεων για την εξοικείωση με τη μετάφραση/απόδοση της ορολογίας, καθώς, με τη βοήθεια πρακτικών ασκήσεων και ομαδοσυνεργατικών εργασιών, ενισχύονται οι δεξιότητες και αναπτύσσεται η αυτοπεποίθηση των εκπαιδευομένων στη χρήση της αγγλικής γλώσσας και τη μετάφραση της ορολογίας. Στόχος είναι η κατανόηση της δομής και της χρήσης της ορολογίας τόσο στα αγγλικά όσο και τα ελληνικά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλούνται να δημιουργήσουν ένα ορολογικό λεξικό που να περιλαμβάνει αγγλικούς μαγειρικούς όρους και τις αντίστοιχες μεταφράσεις τους στα ελληνικά. Αξιολογούνται τόσο η κατάκτηση της ορθογραφίας της ορολογίας, όσο και η πληρότητα και η ακρίβεια του ορολογικού λεξικού.

Συνολικά, η εν λόγω υποεπένδυση στοχεύει στην ενδυνάμωση των πρακτικών δεξιοτήτων των εκπαιδευόμενων στη μετάφραση/απόδοση μιας συνταγής και ενός καταλόγου εστιατορίου, προσφέροντάς τους την ευκαιρία να ασκήσουν και να βελτιώσουν τις ικανότητές τους μέσα σε ένα δημιουργικό πλαίσιο.

2.4.A.4 | ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΒΙΝΤΕΟΣΚΟΠΗΜΕΝΩΝ ΣΥΝΤΑΓΩΝ ΚΑΙ ΤΗΡΗΣΗ ΣΗΜΕΙΩΣΕΩΝ

Η εν λόγω υποεπένδυση εστιάζεται στην αποτύπωση της αγγλικής γαστρονομικής ορολογίας σε βίντεο, ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εισέλθουν στον κόσμο της διεθνούς κουζίνας με βιωματικό τρόπο, ανακαλύπτοντας νέους όρους και τεχνικές. Τα βίντεο μαγειρικής είναι ένας δυναμικός τρόπος μετάδοσης γαστρονομικών γνώσεων, γιατί οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρακολουθούν επαγγελματίες σεφ να χρησιμοποιούν γαστρονομικούς όρους στα αγγλικά και να εφαρμόζουν τεχνικές σε πραγματικό χρόνο. Αυτός ο οπτικοακουστικός τρόπος μάθησης βοηθά στην κατανόηση και την απομνημόνευση των όρων, αφού οι εκπαιδευόμενοι/-ες βλέπουν τις διαδικασίες στην πράξη. Τα βίντεο παρουσιάζονται, αρχικά, χωρίς υπότιτλους ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να επικεντρωθούν στην ακουστική κατανόηση της αγγλικής γλώσσας και στην ερμηνεία παραγλωσσικών στοιχείων, όπως της γλώσσας του σώματος. Τα ίδια βίντεο παρουσιάζονται μετά με υπότιτλους, οι εκπαιδευόμενοι/-ες κρατούν σημειώσεις και συμπληρώνουν φύλλα εργασίας με ερωτήσεις κατανόησης. Επιπλέον, τα βίντεο επαναλαμβάνονται όσες φορές χρειάζεται, ώστε οι τεχνικές να γίνουν πλήρως κατανοητές, καθώς η αυτορρυθμιζόμενη μάθηση είναι ιδιαίτερα χρήσιμη για την απόκτηση πρακτικών δεξιοτήτων που απαιτούν ακρίβεια. Στη συνέχεια, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εμβαθύνουν στη θεωρία μέσω των σημειώσεων που έχουν κρατήσει, ώστε να αποκτήσουν μια πιο δομημένη και λεπτομερή προσέγγιση στη γαστρονομική ορολογία. Οι τεχνικές εξηγούνται με ακρίβεια, προσφέροντας στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες βαθύτερη γνώση της γαστρονομικής ορολογίας. Ως εκπαιδευτική δραστηριότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εργάζονται σε ομάδες, προκειμένου να δημιουργήσουν τα δικά τους εγχειρίδια μαγειρικής.

2.4.A.5 | ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΩΝ ΤΕΧΝΙΚΩΝ ΣΥΝΤΑΓΗΣ ΜΕ ΕΜΦΑΣΗ ΣΤΟ FOOD STYLING

Ο στόχος αυτής της υποεπένδυσης είναι να εξοικειωθούν οι εκπαιδευόμενοι/-ες με την αγγλική ορολογία συνταγών και να κατανοήσουν τη σημασία του food styling στην παρουσίαση των πιάτων. Αρχικά, γίνεται ανακεφαλαίωση των βασικών μαγειρικών τεχνικών στα αγγλικά και εξετάζονται αναλυτικά οι τεχνικές που χρησιμοποιούνται σε διαφορετικές συνταγές. Παρουσιάζονται βίντεο για την οπτική κατανόηση των τεχνικών και ακολουθεί συζήτηση σχετικά με το ποια είναι η κατάλληλη τεχνική για κάθε υλικό και πιάτο. Στη συνέχεια, με τη χρήση της αγγλικής γλώσσας, ορίζεται τι είναι το food styling και γιατί είναι σημαντικό στην παρουσίαση των πιάτων. Η καινοτόμος προσέγγιση του food styling παίζει σημαντικό ρόλο, ιδιαίτερα για το νεανικό

κοινό, διότι ο κόσμος των κοινωνικών δικτύων φέρνει μαζί του ένα οικονομικά αποδοτικό διαφημιστικό αποτέλεσμα, εφόσον οι πελάτες δημοσιεύουν στα social media τα πιάτα που δημιουργούν οι σεφ. Δίνονται παραδείγματα καλού και κακού food styling και αναλύονται οι βασικές αρχές του, με παράλληλη έμφαση στη χρήση αγγλικών επιθέτων που περιγράφουν χρώματα, σχήματα και διαφορετικές υφές. Εξηγείται πώς οι τεχνικές συνταγής επηρεάζουν την τελική παρουσίαση ενός πιάτου και αναλύεται πώς αυτές μπορούν να βελτιώσουν την αισθητική του. Ως πρακτική δραστηριότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες χωρίζονται σε ομάδες και καλούνται να εκτελέσουν μια αγγλόφωνη συνταγή, εφαρμόζοντας τις τεχνικές που έχουν μάθει. Στη συνέχεια, προχωρούν στο food styling του πιάτου, εφαρμόζοντας τις αρχές που διδάχθηκαν και χρησιμοποιώντας τη σχετική ορολογία. Τα πιάτα τους φωτογραφίζονται και οι συνεκπαιδευόμενοι/-ες τους γράφουν review στην αγγλική γλώσσα.

2.4.A.6 | ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΣΕΙΣ ΔΙΑΛΟΓΩΝ ΓΙΑ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΩΝ, ΕΠΙΘΥΜΙΩΝ ΚΑΙ ΠΑΡΑΠΟΝΩΝ ΠΕΛΑΤΩΝ

Οι προσομοιώσεις διαλόγων στην αγγλική γλώσσα έχουν στόχο τη βελτίωση των γλωσσικών δεξιοτήτων των εκπαιδευομένων στον τομέα της μαγειρικής. Ο/Η εκπαιδευτής/-τρια διαμορφώνει την αίθουσα ώστε να μοιάζει με εστιατόριο, προετοιμάζει κάρτες ρόλων που περιγράφουν τους χαρακτήρες, προτείνει υποδείγματα διαλόγων και σεναρίων που μπορεί να προκύψουν σε ένα εστιατόριο και προβαίνει σε μια γρήγορη ανασκόπηση των βασικών φράσεων και όρων που χρησιμοποιούνται. Αρχικά, η προσομοίωση αφορά διαχείριση παραγγελίας. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εναλλάσσονται στους ρόλους του/της chef και του/της sous-chef, ενώ οι υπόλοιποι/-ες καταγράφουν τις παρατηρήσεις τους. Ακολουθεί ανατροφοδότηση και συζήτηση, κατά την οποία οι εκπαιδευόμενοι/-ες συζητούν τι μπορεί να βελτιωθεί στη χρήση της αγγλικής και ο/η εκπαιδευτής/-τρια παρέχει συμβουλές και διορθώσεις. Στη συνέχεια, παρουσιάζεται προσομοίωση διαχείρισης παραπόνων, καθώς είναι ζωτικής σημασίας στον τομέα της εστίασης. Η ποιότητα της εξυπηρέτησης επηρεάζει άμεσα τη φήμη του εστιατορίου, συνεπώς, παρουσιάζονται στρατηγικές διαχείρισης παραπόνων, οι οποίες περιλαμβάνουν την άμεση αναγνώριση και κατανόηση του προβλήματος, την ενεργητική ακρόαση και την έκφραση κατανόησης και επίδειξη ενσυναίσθησης. Αναλύεται η σημασία της διατήρησης της ψυχραιμίας και της επαγγελματικής συμπεριφοράς εκ μέρους των εκπαιδευομένων, της επίδειξης ειλικρινούς ενδιαφέροντος για την επίλυση του προβλήματος και της χρήσης φράσεων που μπορούν να βοηθήσουν στη διαχείριση κάθε κατάστασης. Καθώς η παροχή εναλλακτικών λύσεων και η συμμετοχή των πελατών είναι καθοριστικές στη διαδικασία επίλυσης, η ορθή χρήση των αγγλικών είναι υψίστης σημασίας για την αποφυγή παρεξηγήσεων και την αποτροπή επιδείνωσης μιας ήδη δυσάρεστης κατάστασης.

2.4.A.6 | ΑΓΓΛΙΚΗ ΟΡΟΛΟΓΙΑ BARTENDING

Στον σύγχρονο κόσμο της εστίασης, τα bar restaurants αντιπροσωπεύουν μια νέα τάση που επιδρά σημαντικά τόσο στον τρόπο λειτουργίας όσο και στη γαστρονομική εμπειρία των πελατών. Οι bartenders έρχονται στο επίκεντρο, δημιουργώντας signature cocktails που αντανakλούν την τοπική κουλτούρα ή τις σύγχρονες τάσεις στον κόσμο των ποτών. Συνεπώς, η κατανόηση της αγγλικής ορολογίας που χρησιμοποιείται στον κόσμο του bartending είναι ουσιαστική για τους/τις μαθητευόμενους/-ες chefs. Στην παρούσα υποενότητα, γίνεται αναφορά σε βασικούς όρους του χώρου, όπως “bartender” και “mixologist”, και σε απαραίτητα εργαλεία, όπως shaker, strainer, jigger, paring knife και icerick. Αναλύεται η ορολογία των διαδικασιών, όπως garnish, neat και on the rocks. Στη συνέχεια, παρουσιάζονται εκτενώς οι όροι που βοηθούν στην περιγραφή της γεύσης και της υφής των ποτών, όπως dry, zesty, sparkling και mouth-filling, με ιδιαίτερη αναφορά στην ορολογία των κρασιών, όπως rosé, white και sweet. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξασκούνται στη χρήση της αγγλικής ορολογίας μέσω διαλόγων, π.χ., για την παραγγελία και την παρασκευή ποτών, χρησιμοποιώντας λέξεις και φράσεις όπως: “Would you like to order a drink?”, “a shake”, και “half a pint of lager”. Η κατανόηση και η χρήση της αγγλικής ορολογίας στον κόσμο του bartending είναι κρίσιμη για τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες chefs. Αυτή η γνώση διευκολύνει την επικοινωνία και συνεργασία με τους/τις bartenders, ενισχύοντας έτσι την ποιότητα της γαστρονομικής εμπειρίας των πελατών σε ένα bar restaurant.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Moris, C. E. (2016). *Flash on English for Cooking, Catering & Reception* (2nd edition). Loreto: ELI Publishing.
2. McGee, H. (2004). *On Food and Cooking. The Science and Lore of the Kitchen*. New York: Scribner.

Συμπληρωματικές

1. The Culinary Institute of America. (2024). *The Professional Chef* (10th Edition). Published by John Wiley & Sons, Inc.
2. Marks, S. (2019). *Mastering grammar for B1. Greek edition*. Limassol: Burlington Books.

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι να παρασχεθούν στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες γνώσεις σχετικά με τον σχεδιασμό, τη σύνθεση και την παρασκευή εδεσμάτων, ελληνικών και διεθνών, αυξημένης πολυπλοκότητας, τεχνικής και εμφάνισης. Στο πλαίσιο αυτό, αναλύονται εξειδικευμένα υλικά, με έμφαση στα προϊόντα ΠΟΠ, ιδιαίτερες τεχνικές επεξεργασίας και σύνθεσης πιάτων, νέες τάσεις και τεχνικές, σύγχρονο food styling και διακόσμηση πιάτων. Παρουσιάζονται, τόσο σε θεωρητικό όσο και σε πρακτικό επίπεδο, τεχνικές επεξεργασίας υλικών και τροφίμων που συνθέτουν τις βασικές κατηγορίες κύριων εδεσμάτων. Επίσης, παρουσιάζονται σύγχρονες τάσεις αναφορικά με τα υλικά και την τεχνολογία. Δίνονται βασικές γνώσεις για τις διαδικασίες του τεμαχισμού και της μεριδοποίησης κρεάτων και παρασκευασμάτων κρέατος, καθώς και για τη γενικότερη αξιοποίησή τους.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Κατηγοριοποιούν, με βάση τα διάφορα υλικά, τα είδη γευμάτων σε ζεστά και κρύα ορεκτικά, amuse bouche και σνακ, πρώτα πιάτα, σαλάτες, γαρνιτούρες, κυρίως πιάτα,
- Σχεδιάζουν μενού, απλά και σύνθετα, θεματικά, εορταστικά, ελληνικής και διεθνούς κουζίνας, καθώς και να ενσωματώνουν σε αυτά ελληνικά παραδοσιακά ΠΟΠ προϊόντα,
- Κατανοούν την ανάγκη χρήσης όλων των σύγχρονων εφαρμογών ντεκόρ και food styling, μέσα από τη γνώση των γαλακτωμάτων, των αρωματικών λαδιών και λιπών, των αρωματικών ζωμών, της ζελατινοποίησης, της σφαιροποίησης και άλλων σύγχρονων πηκτικών διαδικασιών, απαραίτητων για την εφαρμογή νέων τάσεων και τεχνικών ντεκόρ, food styling και art de la table,
- Αναγνωρίζουν τα ποιοτικά χαρακτηριστικά, τα χαρακτηριστικά φρεσκάδας, τις μεθόδους αποθήκευσης και συντήρησης των βοδινών-μοσχαριών, των αμνοεριφίων, των τριχωτών κυνηγιών, των παραπροϊόντων και υποπροϊόντων τους, καθώς και των προϊόντων που προέρχονται από τρόπους επεξεργασίας μέσω θερμότητας (άμεσης ή έμμεσης),
- Αναγνωρίζουν τα γένη και τις κατηγορίες των βοδινών-μοσχαριών, των αμνοεριφίων, των τριχωτών κυνηγιών,
- Γνωρίζουν τις μεθόδους επεξεργασίας των βοδινών-μοσχαριών, των αμνοεριφίων, των τριχωτών κυνηγιών, των παραπροϊόντων και υποπροϊόντων τους, καθώς και των προϊόντων που προέρχονται από τρόπους επεξεργασίας μέσω θερμότητας (άμεσης ή έμμεσης),

- Προετοιμάζουν, να τεμαχίζουν και να επεξεργάζονται τα βοδινά-μοσχάρια, τα αμνοερίφια, τα τριχωτά κυνήγια σε κύρια και δευτερεύοντα τεμάχια, σε φιλέτα, με οστό, σε ρολά (γεμιστά και μη), δεμένα ολόκληρα, σε κιμάδες, μαριναρισμένα, ανάλογα με την προς εφαρμογή κατηγορία εδέσματος που προσφέρεται και σε συνδυασμό με το τελικό αποτέλεσμα,
- Προετοιμάζουν, να τεμαχίζουν και να επεξεργάζονται τα παραπροϊόντα και υποπροϊόντα των βοδινών-μοσχαριών, των αμνοεριφίων, των τριχωτών κυνηγιών,
- Παρασκευάζουν τα επιμέρους τεμάχια των παραπάνω προετοιμασμένων και επεξεργασμένων υλικών, μέσω των καταλληλότερων τρόπων ψησίματος και με τις αντίστοιχες γαρνιτούρες, σάλτσες και συνδυασμούς, προσφέροντας υψηλής αξίας τελικό προϊόν/πιάτο, μέσα από ενδεικτικές παρασκευές,
- Χρησιμοποιούν τα ειδικά προϊόντα επεξεργασίας, όπως καπνιστά, παστά, κιμάδες, μαριναρισμένα ή ακόμα και σε συνδυασμό με μοντέρνες τεχνικές ελληνικής και διεθνούς κουζίνας, όπως είναι το καρπάτσιο, το confit, το ζεστό ή κρύο κάπνισμα κ.ά., δημιουργώντας πιάτα ανάλογα με την κατηγορία του εδέσματος στο μενού,
- Οργανώνουν τα μενού και τα πιάτα που τα αποτελούν με σεβασμό στους κανόνες παράθεσης και εφαρμόζοντας όλους τους γαστρονομικούς κανόνες, τους κανόνες βιωσιμότητας και τους κανόνες αποφυγής σπατάλης τροφίμων,
- Αντιμετωπίζουν και να επιλύουν τεχνικά και σύνθετα προβλήματα, μέσα από ενδεικτικές περιπτώσεις.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Ζεστά ορεκτικά / Κρύα ορεκτικά / Τεμαχισμός αμνοεριφίων / Παρασκευές αμνοεριφίων / Τεμαχισμός βοοειδών / Παρασκευές βοοειδών / Διακοσμητική παρασκευασμάτων / Μοριακή γαστρονομία / Εθνικές κουζίνες / Fusion cuisine.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (1), Εργαστήριο (9), Σύνολο (10).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΖΕΣΤΑ ΚΑΙ ΚΡΥΑ ΟΡΕΚΤΙΚΑ
2	ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΜΕ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΠΟΠ ΚΑΙ ΠΓΕ
3	ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ ΚΑΙ ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ ΒΟΕΙΩΝ
4	ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΜΕ ΒΟΕΙΔΗ
5	ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ ΚΑΙ ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ ΑΜΝΟΕΡΙΦΙΩΝ
6	ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΜΕ ΑΜΝΟΕΡΙΦΙΑ
7	ΤΡΙΧΩΤΑ ΚΥΝΗΓΙΑ
8	ΚΙΜΑΔΕΣ, ΠΑΤΕ, ΜΠΑΛΟΤΙΝΕΣ, ΤΕΡΙΝΕΣ
9	ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΑΤΩΝ, ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΝΤΕΚΟΡ
10	ΕΘΝΙΚΕΣ ΚΟΥΖΙΝΕΣ, FUSION CUISINE ΚΑΙ ΝΕΕΣ ΤΑΣΕΙΣ

Κείμενο αναφοράς

2.4.B.1 | ΖΕΣΤΑ ΚΑΙ ΚΡΥΑ ΟΡΕΚΤΙΚΑ

Στην παρούσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες επικεντρώνονται στη δημιουργία κρύων και ζεστών ορεκτικών χρησιμοποιώντας μεθόδους και τεχνικές που γνωρίζουν από προηγούμενες ενότητες. Αρχικά, αναλύονται τα βασικά είδη των κρύων ορεκτικών και η θέση που καταλαμβάνουν σε ένα μενού. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν διάφορα είδη κρύων ορεκτικών, όπως: προσούτο Ευρυτανίας με κατίκι Δομοκού και κομπόστα ροδάκινων Ημαθίας, ρολάκια καπνιστού σολομού με κρέμα τυριού και μάραθο, τερίνα λαχανικών, τοματίνια Σαντορίνης με μους φέτας, κρητικό ντάκο, ασπίκ με τοπικά προϊόντα κ.ά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες χρησιμοποιούν τα διάφορα είδη ζύμης τα οποία γνωρίζουν από την υποενότητα «Παρασκευές με βάση τις ζύμες» και δημιουργούν διάφορα είδη ζεστών ορεκτικών, όπως: πίτες με χωριάτικο φύλλο (σπανακόπιτα, τυρόπιτα, κασερόπιτα, κρεατόπιτα ή κιμαδόπιτα, τραχανόπιτα, πρασόπιτα, ρυζόπιτα, τυρόπιτα Σκοπέλου κ.ά.), πίτες ή άλλες παρασκευές με φύλλο κρούστας (φλογέρες λαχανικών, φλογέρες τυριών κ.ά.) ή με φύλλο σφολιάτας, μπουσέ και βολ ο βαν, τάρτες (με μανιτάρια και σπανάκι, με πράσο, κίς λορέν κ.ά.), πιτάκια με ζύμη κουρού, λαγγίτες, λαλαγγίτες, μηλίνες, πιρσκι, κρέπες με διάφορα είδη γέμισης ογκρατέν, πίτσα, πεινιρλί, φοκάτσα, πίνσα, λαδένια Κιμώλου, διάφορα είδη αλμυρών εκλέρ, μπενιέ κ.λπ. Στη συνέχεια, οι παρασκευάζουν διάφορα είδη σάντουιτς (club sandwich, open sandwich) με έμφαση στη χρήση τοπικών προϊόντων. Στο τέλος, παρασκευάζουν διάφορα είδη ζεστών ορεκτικών με βάση τα λαχανικά και τα μανιτάρια (μανιτάρια ψητά ή και γεμιστά, μπουρεκάκια λαχανικών κ.ά.), τα τυριά (τυροκροκέτες, μανούρι πανέ με ξηρούς καρπούς και μέλι κ.ά.) και με άλλες πρώτες ύλες. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλούνται να συμμετάσχουν σε δραστηριότητες που

περιλαμβάνουν τη δημιουργία και την παρουσίαση ζεστών και κρύων ορεκτικών με χρήση παραδοσιακών αλλά και σύγχρονων τεχνικών, με στόχο την ανάδειξη των τοπικών προϊόντων.

2.4.B.2 | ΜΑΓΕΙΡΙΚΗ ΜΕ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΠΟΠ ΚΑΙ ΠΓΕ

Η παρούσα μαθησιακή υποενότητα συνδέεται άμεσα με τις ενότητες «Τροφогνωσία» και «Σύνθεση Μενού», γιατί οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν, αξιοποιούν και παρασκευάζουν εδέσματα με προϊόντα ΠΟΠ (Προστατευόμενη Ονομασία Προέλευσης) και ΠΓΕ (Προστατευόμενη Γεωγραφική Ένδειξη). Στην εισαγωγή της υποενότητας, περιγράφεται η θεματολογία της μαγειρικής με προϊόντα ΠΟΠ και ΠΓΕ, η οποία περιλαμβάνει την επισκόπηση των συνηθέστερων προϊόντων τα οποία συμβάλλουν στην προώθηση της τοπικής γαστρονομίας και της βιώσιμης ανάπτυξης. Αναλύεται ο βασικός στόχος της χρήσης τους, ο οποίος είναι να προσφέρουν ένα ολοκληρωμένο γευστικό αποτέλεσμα, το οποίο αντανakλά την τοπική κουλτούρα και την παράδοση. Παρέχονται στοιχεία για τις πρακτικές χρήσεις αυτών των προϊόντων στη μαγειρική, τεχνικές αναγνώρισης της αυθεντικότητάς τους, καθώς και τρόποι ενσωμάτωσής τους σε σύγχρονες και παραδοσιακές συνταγές. Στη συνέχεια, περιγράφεται ο βασικός στόχος της προώθησης και της διατήρησης της πολιτιστικής κληρονομιάς μέσω της μαγειρικής με προϊόντα ΠΟΠ και ΠΓΕ, η οποία αποτελεί μια σύγχρονη μορφή γαστρονομικής προσέγγισης. Ειδική αναφορά θα γίνει στη σημασία του ελληνικού πρωϊνού και τη σπουδαιότητα της χρήσης τοπικών προϊόντων, καθώς αναδεικνύεται η πολύτιμη προσφορά του πρωτογενή τομέα της χώρας μας. Για τη διδασκαλία της υποενότητας, προτείνεται η εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων, η εξέταση μελετών περίπτωσης και η περιήγηση των εκπαιδευομένων σε ιστοσελίδες σχετικές με τα προϊόντα ΠΟΠ, ΠΓΕ και ΕΠΙΠ. Επίσης, προτείνεται η ανάθεση ομαδικών εργασιών με θεματολογία σχετική με την ανάδειξη και την προώθηση των προϊόντων ΠΟΠ και ΠΓΕ, καθώς και η πρακτική άσκηση μέσω της παρασκευής παραδοσιακών συνταγών ή καινοτόμων συνταγών με προϊόντα ΠΟΠ και ΠΓΕ.

2.4.B.3 | ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ ΚΑΙ ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ ΒΟΕΙΩΝ

Στην τρέχουσα υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τις κατηγορίες των βοοειδών (μοσχάρι γάλακτος, μοσχάρι-μοσχίδα, δαμάλι-δάμαλις, ταύρος-αγελάδα, βόδι) και κατανοούν τις κλίμακες ταξινόμησης των σφαγίων. Η κοινοτική κλίμακα ταξινόμησης σφαγίων βοοειδών ισχύει για ζώα ηλικίας από 8 μηνών και άνω ως εξής: ανάλογα με την ηλικία, το φύλο και την αναπαραγωγική ικανότητα στις κατηγορίες Z, A, B, C, D, E. Η ταξινόμηση σύμφωνα με την ανάπτυξη των μυών διακρίνεται στις κατηγορίες: S, E, U, R, O, P (S: Ανώτερη, E: Εξαιρετική, U: Πολύ καλή, R: Καλή, O: Αρκετά καλή, P: Μέτρια). Η ταξινόμηση σύμφωνα με την κατάσταση πάχυνσης ή τον βαθμό εναπόθεσης λίπους διακρίνεται στις κατηγορίες: 1, 2, 3, 4, 5 (1: Πολύ μικρή, 2: Μικρή, 3: Μέση, 4: Μεγάλη, 5: Πολύ μεγάλη). Παράλληλα, αναδεικνύεται η σημασία

του σωστού τεμαχισμού των βοείων και η αναγνώριση των αντίστοιχων τεμαχίων. Εξετάζεται ο τρόπος με τον οποίο διαχωρίζονται τα διάφορα μέρη του βοείου κρέατος, με στόχο την κατανόηση των βασικών τεχνικών τεμαχισμού και την αξιοποίηση των επιμέρους τεμαχίων για διαφορετικές χρήσεις. Στη συνέχεια, ενημερώνονται για τη σύσταση του σφαγίου, κατανοούν τη σημασία της ωρίμανσής του, τη θρεπτική του αξία, και εφαρμόζουν ορθές πρακτικές για την επεξεργασία, τη συντήρηση και την αποθήκευση του κρέατος. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες αναγνωρίζουν τα διάφορα τεμάχια, επιλέγουν την κατάλληλη τεχνική κοπής ανάλογα με την επιθυμητή χρήση, αξιοποιούν τα παραπροϊόντα (π.χ. συκώτι, γλώσσα), τα υποπροϊόντα, π.χ. τα κόκκαλα για την παρασκευή φον, και εφαρμόζουν όλους τους κανόνες ορθής υγιεινής πρακτικής και ασφάλειας. Στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών μαθησιακών μεθόδων και για την καλύτερη κατανόηση των τρόπων κοπής και της αναγνώρισης των διαφόρων τεμαχίων, προτείνονται η χρήση εννοιολογικών χαρτών, εικόνων, η παρουσίαση βίντεο και η πρακτική εξάσκηση των εκπαιδευομένων σε τεχνικές κοπής.

2.4.B.4 | ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΜΕ ΒΟΕΙΔΗ

Στην παρούσα υποενότητα, η οποία συνδέεται άμεσα με την υποενότητα «Τεμαχισμός βοείων», περιγράφονται οι τεχνικές προετοιμασίας και επεξεργασίας του βοείου κρέατος πριν από το μαγείρεμα, καθώς και οι τεχνικές και μέθοδοι ψησίματός του. Αναλύονται οι ιδανικές μέθοδοι ψησίματος για τα διάφορα μέρη του κρέατος και εφαρμόζονται οι ανάλογες πρακτικές. Στη συνέχεια, περιγράφεται ο στόχος των παρασκευών με βοοειδή –μιας σύγχρονης μορφής γαστρονομικής προσέγγισης–, που προσφέρουν ένα ολοκληρωμένο γευστικό αποτέλεσμα, το οποίο αντανακλά την ποιότητα του κρέατος και την επιμέλεια του μαγειρέματος. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν πιάτα από διαφορετικά μέρη μοσχαρίσιου ή βοείου κρέατος, όπως: γιουβέτσι, κοκκινιστό, μπλανκέ, ποελέ, μπρεζέ, λεμονάτο, καρμπονέντ, σοφρίτο, οσομπούκο, μπουργκινιόν, στρογκανόφ, γκούλας, γουνγκιάρ, χόφμαν, ροστ μπιφ κ.ά. Όσον αφορά τις παρασκευές με φιλέτο, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με αυτές και κατανοούν τους όρους: ταρτάρ, καρπάτσιο, σατμπριάν, τουρνεντό, φιλέ μινιόν, παγιάρ, γουέλινγκτον κ.ά. Αναφορικά με τα στάδια ψησίματος του φιλέτου, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν την αντίστοιχη ονοματολογία που χρησιμοποιείται στα γαλλικά (bleu, saignant, à point, bien cuit) και τα αγγλικά (rare, medium-rare, medium, well done) για κάθε στάδιο, και ξεχωρίζουν τα στάδια ψησίματος μεταξύ τους. Τέλος, παρασκευάζουν πιάτα με συκώτι μόσχου και με γλώσσα μόσχου. Για τη διδασκαλία, προτείνονται η εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων με προβολή διαγραμμάτων, εικόνων και βίντεο, καθώς και η παρουσίαση ομαδικών εργασιών που αναπτύσσουν τη συνεργασία των εκπαιδευομένων. Για την ανάπτυξη του θέματος, προτείνεται η ενεργή συμμετοχή τους στην παρασκευή δημιουργικών εδεσμάτων με κρέας βοοειδών, με έμφαση στη γεύση και την τελική εμφάνιση του πιάτου.

2.4.B.5 | ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ ΚΑΙ ΤΕΜΑΧΙΣΜΟΣ ΑΜΝΟΕΡΙΦΙΩΝ

Σε αυτή την υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τις κατηγορίες των αμνοεριφίων και κατανοούν τις βασικές αρχές, τους τρόπους τεμαχισμού και τις μεταξύ τους διαφορές. Αναγνωρίζουν την ταξινόμηση των προβάτων σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία, όπου τα σφάγια κατατάσσονται ανάλογα με το φύλο και την ηλικία τους ως εξής: αρνάκι γάλακτος, αμνός (αρνί), ζυγούρι και ζυγούρα, κριάρι και προβατίνα. Αναγνωρίζουν την αντίστοιχη ταξινόμηση των σφαγίων των αιγοειδών ανάλογα με το φύλο και την ηλικία τους ως εξής: κατσικάκι γάλακτος, ερίφιο (κατσίκι), βεργάδι και βετούλι, τράγος και κατσίκα. Στη συνέχεια, παρουσιάζεται ο τρόπος με τον οποίο διαχωρίζονται τα διάφορα μέρη των αμνοεριφίων, με στόχο την κατανόηση των βασικών τεχνικών τεμαχισμού και την αξιοποίηση των επιμέρους τεμαχίων για διαφορετικές χρήσεις. Μαθαίνουν για τη σύσταση του σφαγίου των αμνοεριφίων, τη σημασία της ωρίμανσης, τη θρεπτική τους αξία, και εφαρμόζουν ορθές πρακτικές για την επεξεργασία, τη συντήρηση και την αποθήκευση του κρέατος. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες, ακολούθως, κατανοούν τους τρόπους διάθεσης των σφαγίων των αμνοεριφίων, διακρίνουν τα μέρη στα οποία χωρίζονται κατά τον τεμαχισμό τους και κατανοούν τους τρόπους διάθεσης και τους περιορισμούς που ισχύουν για τα παραπροϊόντα τους. Με την ολοκλήρωση της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τα διάφορα μέρη του αμνοεριφίου και τη σπουδαιότητα της σωστής τεχνικής τεμαχισμού για την ποιότητα του τελικού προϊόντος. Στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών μαθησιακών μεθόδων και για την καλύτερη κατανόηση των τρόπων κοπής και αναγνώρισης των διαφόρων τεμαχίων, προτείνεται η χρήση εννοιολογικών χαρτών, εικόνων, η παρουσίαση βίντεο και η πρακτική εξάσκηση των εκπαιδευομένων σε τεχνικές κοπής. Επίσης, προτείνεται εξέταση μελετών περίπτωσης και η χρήση Web 2.0 εκπαιδευτικών εργαλείων για ανατροφοδότηση.

2.4.B.6 | ΠΑΡΑΣΚΕΥΕΣ ΜΕ ΑΜΝΟΕΡΙΦΙΑ

Στην παρούσα μαθησιακή υποενότητα, περιγράφονται οι τεχνικές και οι μέθοδοι παρασκευής αμνοεριφίων και των παραπροϊόντων τους. Στο τέλος της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τις διάφορες μεθόδους μαγειρέματος και να επιλέγουν την κατάλληλη τεχνική ανάλογα με το είδος τεμαχίου του κρέατος που θα χρησιμοποιήσουν. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν παραδοσιακές συνταγές με αμνοερίφια και παραπροϊόντα τους, καθώς και ευρύτατα γνωστές παρασκευές αμνοεριφίων. Ενδεικτικές παρασκευές είναι οι εξής: αρνάκι/κατσικάκι ψητό, γεμιστό, αντικριστό, σούβλας, φρικασέ, κλέφτικο, λεμονάτο, γιουβέτσι, βιλερουά, irish stew, με κρούστα αρωματικών μυρωδικών, προβατίνα στα κάρβουνα, γίδα βραστή κ.ά. Στη συνέχεια, οι εκπαιδευόμενοι/-ες εφαρμόζουν τεχνικές και μεθόδους παρασκευής παραδοσιακών συνταγών με παραπροϊόντα αμνοεριφίων. Ενδεικτικές παρασκευές είναι οι εξής: μαγειρίτσα, τζιγεροσαρμάς, φριγαδέλι, κοκορέτσι, σπληνάντερο, γαρδούμπα, γλυκάδια τηγανιτά, πατσάς, συκωταριά στιφάδο,

κεφαλάκι ψητό κ.ά. Για τη διδασκαλία της υποεπάρκειας, προτείνεται η εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων με προβολή εικόνων και βίντεο, καθώς και η παρουσίαση ομαδικών εργασιών που προάγουν τη συνεργασία των εκπαιδευομένων. Για την ανάπτυξη του θέματος, προτείνεται η ενεργή συμμετοχή των εκπαιδευομένων στην παρασκευή δημιουργικών πιάτων με κρέας αμνοερίφων και παραπροϊόντων τους, με έμφαση στην ανάδειξη τοπικών προϊόντων, στην αυθεντικότητα, την εκτέλεση και την αναβίωση παραδοσιακών συνταγών.

2.4.B.7 | ΤΡΙΧΩΤΑ ΚΥΝΗΓΙΑ

Στη συγκεκριμένη υποεπάρκεια, οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενημερώνονται για τα είδη των τριχωτών θηραμάτων και τους τρόπους διαχείρισης, αξιοποίησης και παρασκευής τους. Αναγνωρίζουν τη σημασία της προστασίας των διαφόρων ειδών τριχωτών κυνηγιών και κατανοούν την αναγκαιότητα εκτροφής διαφόρων τριχωτών ειδών, με σκοπό την προστασία της άγριας πανίδας και την αιεφόρο ανάπτυξη. Επίσης, τονίζεται ότι το κυνήγι πραγματοποιείται συγκεκριμένη εποχή του χρόνου και η υποχρέωση των επιχειρήσεων να επεξεργάζονται αποκλειστικά θηράματα που καλύπτονται από νόμιμα παραστατικά. Η τήρηση αυτών των προδιαγραφών διασφαλίζει την υγεία τόσο των εργαζομένων όσο και των πελατών. Στη συνέχεια, αναλύονται οι ιδιαιτερότητες στη διαχείριση των τριχωτών κυνηγιών, οι οποίες παρουσιάζουν σημαντικές διαφορές σε σχέση με το βόειο κρέας. Επιπλέον, η υποεπάρκεια επικεντρώνεται στις τεχνικές προετοιμασίας, εξετάζοντας τη διαδικασία καθαρισμού και τεμαχισμού, η οποία περιλαμβάνει την απομάκρυνση τυχόν υπολειμμάτων από τρίχες ή ξένα σώματα, και εξηγούνται τα βήματα για τη σωστή προετοιμασία των θηραμάτων πριν από το μαγείρεμα. Έμφαση δίνεται στην αποφυγή παράλληλων επιμολύνσεων, στην αναγκαιότητα του σιτέματος, του μαριναρίσματος και του τεμαχισμού πριν από το ψήσιμο. Εξηγούνται οι λόγοι της μεγάλης διάρκειας του μαριναρίσματος και της σημασίας του αργού και σιγανού ψησίματος, μια και αποτελεί συντελεστή επιτυχίας. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες παρασκευάζουν εδέσματα με τριχωτά κυνήγια όπως: λαγό σαλμί, αγριογούρουνο με φρούτα του δάσους και γλυκάνισο, αγριογούρουνο σιβέ, ζαρκάδι με μέλι και κονιάκ, ελάφι με κρασί και σοκολάτα, αγριοκούνελο στη γάστρα, αγριοκούνελο στιφάδο κ.ά. Για τη διδασκαλία, προτείνονται η εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εποπτικών μέσων και η εξέταση μελετών περίπτωσης με θέματα που καλλιεργούν τη συμμετοχή και τη συνεργασία των εκπαιδευομένων. Για την ανάπτυξη του θέματος, προτείνεται η ενεργή συμμετοχή των εκπαιδευομένων σε πρακτικές εφαρμογές στην κουζίνα, παρασκευάζοντας συνταγές τριχωτών κυνηγιών.

2.4.B.8 | ΚΙΜΑΔΕΣ, ΠΑΤΕ, ΜΠΑΛΟΤΙΝΕΣ, ΤΕΡΙΝΕΣ

Στην παρούσα μαθησιακή υποεπάρκεια, περιγράφονται οι τεχνικές παρασκευής, επεξεργασίας και μαγειρέματος διαφόρων ειδών κιμά. Στο τέλος της υποεπάρκειας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να αναγνωρίζουν τις μεθόδους παρασκευής κιμά,

να προετοιμάζουν τα απαραίτητα υλικά και να επιλέγουν την κατάλληλη τεχνική ανάλογα με το είδος του πιάτου που θέλουν να ετοιμάσουν. Αρχικά, αναλύεται η διαδικασία παρασκευής του κιμά. Ο κιμάς μπορεί να παρασκευαστεί από διάφορα είδη κρέατος, όπως μοσχάρι, χοιρινό, αρνί κ.ά. Το κρέας κόβεται σε μικρότερα κομμάτια και στη συνέχεια περνάει από τη μηχανή του κιμά, αποκτώντας μια ομοιογενή υφή. Η επιλογή του είδους κρέατος και ο συνδυασμός του με άλλα υλικά, όπως κρεμμύδι, σκόρδο και μυρωδικά, επηρεάζει τη γεύση και την υφή του τελικού προϊόντος. Στη συνέχεια, περιγράφονται οι διάφοροι τρόποι μαγειρέματος του κιμά ανάλογα με τη συνταγή και την επιθυμητή υφή. Αναλυτικότερα, παρουσιάζονται τα χαρακτηριστικά και οι τεχνικές παρασκευής, καθώς και οι πιο δημοφιλείς συνταγές και τρόποι μαγειρέματος, όπως: μπιφτέκι, σουτζουκάκια σχάρας, σουτζουκάκια σμυρνέικα, κεφτεδάκια, κεμπάπ, σεφταλιά, ρολό κιμά, φρικαντέλ κ.ά., με τις ανάλογες γαρνιτούρες. Στη συνέχεια, οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατανοούν τις βασικές αρχές παρασκευής burger και δημιουργούν σύγχρονες παραλλαγές με τη χρήση τοπικών προϊόντων. Ακολούθως, χρησιμοποιούν διάφορα είδη κιμά και τοπικά προϊόντα και παρασκευάζουν πατέ, τερίνες και μπαλοτίνες, με γνώμονα τη δημιουργικότητα και την ιδιαίτερη εμφάνιση. Στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών μαθησιακών μεθόδων και για την καλύτερη κατανόηση της υποενότητας, προτείνεται η εμπλουτισμένη εισήγηση με χρήση εννοιολογικών χαρτών, εικόνων και η παρουσίαση βίντεο. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενθαρρύνονται να εφαρμόσουν στο εργαστήριο τις βασικές μεθόδους παρασκευής κιμά, ενώ, για ανατροφοδότηση προτείνεται η χρήση web. 2.0 εκπαιδευτικών εργαλείων.

2.4.B.9 | ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΑΤΩΝ, ΣΥΓΧΡΟΝΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΝΤΕΚΟΡ

Στην παρούσα μαθησιακή υποενότητα, αναλύονται οι τεχνικές διακόσμησης παρασκευασμάτων, οι σύγχρονες εφαρμογές ντεκόρ και οι τάσεις της γαστρονομικής αισθητικής. Αρχικά, περιγράφεται η σημασία της διακόσμησης ενός πιάτου, γιατί αυτή επιδρά όχι μόνο στην αισθητική του αλλά και στην αντίληψη της γεύσης. Σημαντικά στοιχεία της διακόσμησης περιλαμβάνουν την ισορροπία των χρωμάτων, τη χρήση υφών και την προσεκτική τοποθέτηση των υλικών στον πιάτο. Αναλύονται οι σύγχρονες εφαρμογές ντεκόρ που χρησιμοποιούνται στη γαστρονομία, όπως η δημιουργία αφρών, πέρλας και σπαγγέτι (από αγάρ-αγάρ), τούιγ, τσιπς με διάφορες γεύσεις (από ταπίόκα), «χώμα» μανιταριών, ελιάς, αρωματικά λάδια κ.ά. Επίσης, οι εκπαιδευόμενοι/-ες δημιουργούν σχέδια με ζαχαρόπαστα επικάλυψης και καλλιτεχνικής δημιουργίας (δραγάντι), με καραμέλα (χυτή και φυσητή) και με σοκολάτα. Στη συνέχεια, δημιουργούν σύγχρονα και δημιουργικά πιάτα με διαφορετικές τεχνικές και σκαλίζουν φρούτα και λαχανικά για τη διακόσμηση των πιάτων αλλά και του μπουφέ. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν τα βρώσιμα λουλούδια και τα microgreens που χρησιμοποιούνται στη γαστρονομία, κατανοούν σε ποιες περιπτώσεις και σε τι ποσότητα ενδείκνυται η χρήση τους, και τα αξιοποιούν για τη δημιουργία ελκυστικών και ευφάνταστων πιάτων. Ακολούθως, γνωρίζουν τα χαρακτηριστικά της χρήσης πάγου

και δημιουργούν (χυτά ή σκαλιστά) σχέδια από πάγο, τα οποία μπορούν να διακοσμήσουν έναν μπουφέ. Οι σύγχρονες τάσεις στο ντεκόρ περιλαμβάνουν, επίσης, τη χρήση βιώσιμων και οικολογικών υλικών, όπως βιοδιασπώμενων πιάτων και ανακυκλωμένων υλικών. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες, μέσω πρακτικών ασκήσεων και δημιουργικών εργαστηρίων, έχουν την ευκαιρία να εφαρμόσουν τις σύγχρονες τεχνικές διακόσμησης, να πειραματιστούν με νέες ιδέες και να αναπτύξουν τις δικές τους μοναδικές προσεγγίσεις στην παρουσίαση των εδεσμάτων.

2.4.B.10 | ΕΘΝΙΚΕΣ ΚΟΥΖΙΝΕΣ, FUSION CUISINE ΚΑΙ ΝΕΕΣ ΤΑΣΕΙΣ

Στην τρέχουσα μαθησιακή υποενοότητα, παρουσιάζονται οι εθνικές κουζίνες και εξετάζονται ιδιαίτερες γαστρονομικές παραδόσεις και χαρακτηριστικές συνταγές από διάφορες χώρες. Κάθε εθνική κουζίνα αντικατοπτρίζει τις γεωγραφικές, κλιματικές και πολιτισμικές συνθήκες της περιοχής της, καθώς και τις ιστορικές επιρροές που έχουν διαμορφώσει τη γαστρονομική της παράδοση. Η χρήση τοπικών υλικών, οι παραδοσιακές τεχνικές μαγειρέματος και οι ιδιαίτερες γεύσεις συνθέτουν την ταυτότητα της κάθε κουζίνας. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες γνωρίζουν και παρασκευάζουν πιάτα από τις εξής κουζίνες: την ιαπωνική, την κινεζική, την ιταλική, την ισπανική, τη μεξικάνικη, της Μέσης Ανατολής, της Βραζιλίας, του Περού, της Κύπρου, των χωρών της Νοτίου Αφρικής κ.λπ. Επίσης, στην παρούσα υποενοότητα, εξετάζονται οι αρχές της fusion κουζίνας και οι νέες τάσεις στη γαστρονομία. Με την ολοκλήρωση της υποενοότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να κατανοούν τις βασικές αρχές της fusion κουζίνας, να αναγνωρίζουν τις σύγχρονες τάσεις και να εφαρμόζουν δημιουργικές τεχνικές συνδυασμού διαφορετικών γαστρονομικών παραδόσεων. Η fusion κουζίνα αποτελεί μια γαστρονομική προσέγγιση που συνθέτει υλικά και τεχνικές από διαφορετικές εθνικές παραδόσεις, με σκοπό τη δημιουργία πρωτότυπων εδεσμάτων. Η φιλοσοφία της εδράζεται στη δημιουργική σύζευξη γεύσεων, υλικών και πολιτισμικών στοιχείων, με στόχο την ανάδειξη των βέλτιστων στοιχείων κάθε κουζίνας, προσφέροντας πρωτόγνωρες γευστικές εμπειρίες, που υπερβαίνουν τις παραδοσιακές συνταγές. Στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών μαθησιακών μεθόδων, οι εκπαιδευόμενοι/-ες, μέσω πρακτικών ασκήσεων και διαδραστικών δραστηριοτήτων, θα έχουν την ευκαιρία να προετοιμάσουν και να δοκιμάσουν παραδοσιακά πιάτα από διάφορες εθνικές κουζίνες. Μέσα από τη μελέτη των συνταγών και την εφαρμογή των τεχνικών, θα εμβαθύνουν στην παγκόσμια γαστρονομία και στην πολιτισμική σημασία της διεθνούς γαστρονομίας, η οποία αποτελεί μέρος της παγκόσμιας κληρονομιάς.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Γογόπουλος, Γ., Δούλης, Κ., Κόκκορης, Η. & Πορής, Β. (2016). *Για μάγειρες*. Αθήνα: Le Monde/Les Livres du Tourisme.
2. Θεοδωρέλης, Χ. Δ. (2023). *Επιστήμη και Τεχνογνωσία στη Μαζική Εστίαση*. Θεσσαλονίκη: Ιδιωτική έκδοση.
3. Χειλαδάκης, Σ. (2019). *Εγχειρίδιο Τεχνικού Μαγειρικής Τέχνης* (4η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Επτάλοφος.

Συμπληρωματικές

1. Γεωργιάδης, Ν. (2016). *Δημιουργίες με φρούτα και λαχανικά*. Κοζάνη: Εκδόσεις Όμικρον.
2. Gringoire, Th. & Saulnier, L. (2002). *Le Répertoire de la Cuisine*. Paris: Flammarion.

2.4.Γ • ΒΙΩΣΙΜΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΣΤΟΝ ΤΟΥΡΙΣΜΟ

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός της μαθησιακής ενότητας είναι η ανάδειξη εννοιών όπως «αιεφορία», «βιώσιμη ανάπτυξη», «κυκλική οικονομία» κ.λπ. Η βιώσιμη ανάπτυξη στοχεύει στην ικανοποίηση των οικονομικών, κοινωνικών και περιβαλλοντικών αναγκών της κοινωνίας κατά τρόπο που να διασφαλίζει τη βραχυπρόθεσμη, μεσοπρόθεσμη και κυρίως τη μακροπρόθεσμη ευημερία. Βασίζεται στην παραδοχή ότι η ανάπτυξη πρέπει να ανταποκρίνεται στις σημερινές ανάγκες, χωρίς να θέτει σε κίνδυνο την ευημερία των επόμενων γενεών. Η βιώσιμη ανάπτυξη στη γαστρονομία αναφέρεται στις νέες τάσεις που σχετίζονται με την ορθή χρήση των περιβαλλοντικών πόρων, με έμφαση στην κυκλική οικονομία. Γνώμονας της αιεφορίας είναι η μέγιστη δυνατή απολαβή αγαθών, χωρίς να διακόπτεται η φυσική παραγωγή αυτών που εξασφαλίζουν τις απαραίτητες ποσότητες για τις επόμενες γενεές.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Εφαρμόζουν καλές πρακτικές της κυκλικής οικονομίας,
- Διατυπώνουν τους ορισμούς των αξόνων βιώσιμης ανάπτυξης του ΟΗΕ (βιώσιμη ανάπτυξη, φυσικοί πόροι, βιωσιμότητα, κλιματική αλλαγή, βιοποικιλότητα, ανανεώσιμες πηγές ενέργειας, πράσινη τεχνολογία, εταιρική κοινωνική ευθύνη),
- Περιγράφουν τους τρεις πυλώνες της βιώσιμης ανάπτυξης (κοινωνική, περιβαλλοντική, οικονομική),

- Παρουσιάζουν τις αρχές της διατροφικής και της γαστρονομικής βιωσιμότητας,
- Ανακαλύπτουν τα εστιατόρια και τις επιχειρήσεις εστίασης που βασίζονται στη βιώσιμη ανάπτυξη,
- Αναπτύσσουν μενού και ειδικές εκδηλώσεις με αποκλειστική χρήση τοπικών και εποχικών προϊόντων,
- Εφαρμόζουν την οικολογική οικονομία ψηφιοποιώντας τα έγγραφά τους,
- Ελαχιστοποιούν την απόσταση των παραγόμενων προϊόντων για τη δημιουργία ειδικών μενού (εργασία με αναφορά σε παραγωγούς και στην απόσταση μεταξύ κουζίνας και σημείου παραγωγής),
- Μελετούν τους κοινωνικούς, αγροτικούς και τοπικούς συνεταιρισμούς,
- Ερευνούν τους οργανισμούς που αναδεικνύουν τη βιώσιμη ανάπτυξη.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Αειφόρος τουρισμός / Υπεύθυνος τουρισμός / Βιωσιμότητα / Περιβαλλοντική διαχείριση / Κοινωνικοοικονομικές επιπτώσεις / Κοινωνική υπευθυνότητα / Κλιματική αλλαγή / Κυκλική οικονομία / Βιώσιμες πρακτικές / Ανανεώσιμες πηγές ενέργειας.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (2), Εργαστήριο (0), Σύνολο (2).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΑΕΙΦΟΡΙΑ ΚΑΙ ΤΗ ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΤΟΥΡΙΣΜΟ
2	ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗ ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ
3	ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ
4	ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ
5	ΒΙΩΣΙΜΕΣ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ
6	ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΒΙΩΣΙΜΟ ΤΟΥΡΙΣΜΟ

Κείμενο αναφοράς

2.4.Γ.1 | ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗΝ ΑΕΙΦΟΡΙΑ ΚΑΙ ΤΗ ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ ΣΤΟΝ ΤΟΥΡΙΣΜΟ

Σκοπός αυτής της υποενότητας είναι να παράσχει την ολοκληρωμένη εικόνα της ιστορικής εξέλιξης της βιωσιμότητας στον τουρισμό, επιτρέποντας στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες να κατανοήσουν τη σημασία της ιστορικής γνώσης για την εφαρμογή βιώσιμων πρακτικών και πολιτικών. Αρχικά, περιγράφονται οι βασικές έννοιες της «αειφορίας» και της «βιωσιμότητας» και ερμηνεύεται η σημασία τους στον τουριστικό τομέα. Ακολούθως, αποσαφηνίζονται έννοιες όπως: ήπιος τουρισμός,

αιεφόρος τουρισμός, υπεύθυνος τουρισμός, βιώσιμος τουρισμός, ενσωματωμένος τουρισμός, τουρισμός με σύνεση, φέρουσα ικανότητα, μαζικός τουρισμός, υπερτουρισμός, φυσικοί πόροι, κλιματική αλλαγή, βιοποικιλότητα, ανανεώσιμες πηγές ενέργειας, πράσινη τεχνολογία, εταιρική κοινωνική ευθύνη, κυκλική οικονομία. Στη συνέχεια, αναλύεται η εξέλιξη των αντιλήψεων για τη βιωσιμότητα στον τουρισμό από τις δεκαετίες του 1960 και 1970 μέχρι σήμερα, και ειδικότερα τα κύρια γεγονότα και οι κρίσιμες στιγμές που επηρέασαν την εξέλιξη της έννοιας. Ιδιαίτερη αναφορά γίνεται στην κρίση του πετρελαίου και στα περιβαλλοντικά κινήματα της δεκαετίας του '70, τα οποία ώθησαν τον τουριστικό τομέα να αναζητήσει πιο βιώσιμες πρακτικές. Επιπρόσθετα, εξετάζονται οι παγκόσμιες διασκέψεις και οι συμφωνίες, όπως η Διάσκεψη του Ρίο το 1992 και το Πρωτόκολλο του Κιότο, που επηρέασαν τις πολιτικές και τις στρατηγικές του τουρισμού. Τέλος, εκτιμάται η συμβολή διεθνών οργανισμών, όπως ο Παγκόσμιος Οργανισμός Τουρισμού (UNWTO), και πρωτοβουλιών, όπως το Global Sustainable Tourism Council (GSTC), στην προώθηση της βιωσιμότητας. Στο πλαίσιο εμβάθυνσης και πληρέστερης κατανόησης της εν λόγω εκπαιδευτικής υποεξέλιξης, προτείνεται να εμπλακούν όλοι/-ες οι εκπαιδευόμενοι/-ες εργαζόμενοι/-ες σε ομάδες και να συγκρίνουν την προσέγγιση της βιωσιμότητας σε διαφορετικές περιόδους, καθώς και να εξετάσουν τις προοπτικές και τάσεις στη βιώσιμη ανάπτυξη του τουρισμού.

2.4.Γ.2 | ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗ ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ

Σε αυτή την υποενότητα, αναλύεται η σημασία της περιβαλλοντικής βιωσιμότητας για τις γαστρονομικές επιχειρήσεις, με έμφαση στη μείωση του περιβαλλοντικού αποτυπώματος. Αρχικά, διευκρινίζεται ότι οι γαστρονομικές επιχειρήσεις μπορούν να μειώσουν τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις υιοθετώντας βιώσιμες πρακτικές σε όλους τους τομείς λειτουργίας τους. Στη συνέχεια, περιγράφεται πώς αυτές οι πρακτικές προστατεύουν το περιβάλλον και βελτιώνουν τη φήμη και την ελκυστικότητα της επιχείρησης στους περιβαλλοντικά συνειδητοποιημένους πελάτες. Ακολούθως, ερμηνεύεται η σημασία της χρήσης τοπικών και εποχικών προϊόντων στη γαστρονομία ως μέτρο για τη βιώσιμη ανάπτυξη. Παράλληλα, τονίζεται ότι αυτή η πρακτική μειώνει το οικολογικό αποτύπωμα, περιορίζοντας σημαντικά τη μεταφορά προϊόντων από μακρινές αποστάσεις. Επιπλέον, παρουσιάζεται η χρήση ανανεώσιμων πηγών ενέργειας (ηλιακής, αιολικής κ.ά.) ως βασική στρατηγική για τη μείωση της κατανάλωσης ενέργειας και των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα. Περαιτέρω, υπογραμμίζεται η σημασία της ανακύκλωσης και της διαχείρισης αποβλήτων, προκειμένου να μειωθεί η ποσότητα των απορριμμάτων που καταλήγουν στους χώρους υγειονομικής ταφής. Επίσης, διευκρινίζεται ότι η μείωση της χρήσης πλαστικών και η επιλογή βιοδιασπώμενων υλικών συσκευασίας μπορούν να συμβάλει δραστικά στη μείωση της ρύπανσης του περιβάλλοντος. Τέλος, εξηγείται ότι η ενημέρωση και η εκπαίδευση του προσωπικού και των πελατών σχετικά με τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις των

επιλογών τους είναι κρίσιμη για την επιτυχία των πρωτοβουλιών βιωσιμότητας. Στο πλαίσιο αυτό, για να αποκτηθούν δεξιότητες, προτείνεται να αξιοποιηθούν εκπαιδευτικές τεχνικές όπως ο καταγισμός ιδεών (brainstorming), ώστε οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εντοπίσουν διάφορες βιώσιμες πρακτικές που μπορούν να εφαρμοστούν για τη μείωση του αποτυπώματος στο περιβάλλον από τις επισιτιστικές επιχειρήσεις.

2.4.Γ.3 | ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ

Στη συγκεκριμένη υποενότητα, αναλύεται η σημασία της οικονομικής βιωσιμότητας των γαστρονομικών επιχειρήσεων, με έμφαση στην υποστήριξη των τοπικών οικονομιών. Αρχικά, εξηγείται ότι η συνεργασία με τοπικούς παραγωγούς και προμηθευτές δεν ενισχύει μόνο την ποιότητα των προσφερόμενων προϊόντων, αλλά και την οικονομική σταθερότητα της τοπικής κοινότητας. Στη συνέχεια, περιγράφεται πώς η χρήση τοπικών προϊόντων μπορεί να μειώσει τα λειτουργικά κόστη και να βελτιώσει τη φήμη μιας γαστρονομικής επιχείρησης. Ακολούθως, παρουσιάζεται η δημιουργία δικτύων συνεργασίας με τοπικούς αγρότες και παραγωγούς, κοινωνικούς, αγροτικούς και τοπικούς συνεταιρισμούς, ως μια στρατηγική που προάγει την αλληλοϋποστήριξη και την ανάπτυξη της τοπικής οικονομίας. Επίσης, διευκρινίζεται ότι η υποστήριξη των τοπικών οικονομιών δεν περιορίζεται μόνο στην προμήθεια πρώτων υλών, αλλά επεκτείνεται και στη δημιουργία θέσεων εργασίας, καθώς οι γαστρονομικές επιχειρήσεις που επενδύουν στο τοπικό εργατικό δυναμικό συμβάλλουν στη μείωση της ανεργίας και στην ενίσχυση της οικονομικής ευημερίας της περιοχής τους. Παράλληλα, επισημαίνεται ότι η ενσωμάτωση τοπικών προϊόντων στο μενού και η προβολή αυτής της επιλογής στους πελάτες μπορεί να αυξήσει την ελκυστικότητα της επιχείρησης. Δεδομένου ότι οι καταναλωτές δείχνουν ολοένα και μεγαλύτερο ενδιαφέρον για προϊόντα που προέρχονται από βιώσιμες και τοπικές πηγές, αυτή η στρατηγική μπορεί να ενισχύσει την πιστότητα των υφιστάμενων πελατών και να προσελκύσει νέους. Συνοψίζοντας, η οικονομική βιωσιμότητα στη γαστρονομία παρουσιάζεται ως μια ολιστική προσέγγιση που περιλαμβάνει τη στήριξη της τοπικής οικονομίας, τη δημιουργία θέσεων εργασίας και την προώθηση των τοπικών προϊόντων. Η υιοθέτηση αυτών των πρακτικών διευκρινίζεται ότι έχει πολυδιάστατα οφέλη, όχι μόνο για τις επιχειρήσεις αλλά και για τις κοινότητες στις οποίες δραστηριοποιούνται.

2.4.Γ.4 | ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ

Ο σκοπός αυτής της ενότητας είναι να εξετάσει πώς οι γαστρονομικές επιχειρήσεις μπορούν να συμβάλουν στην κοινωνική βιωσιμότητα. Περιγράφονται οι πρακτικές που προάγουν την κοινωνική ευημερία, αναλύονται οι επιπτώσεις τους και υπογραμμίζεται η σημασία τους για τις τοπικές κοινότητες. Αρχικά, επισημαίνεται ότι η διατήρηση της τοπικής γαστρονομικής κουλτούρας και η χρήση τοπικών προϊόντων από τις επιχειρήσεις εστίασης αποτελούν τους βασικούς πυλώνες της κοινωνικής βιωσιμότητας, οι οποίοι συμβάλλουν στη διατήρηση της πολιτιστικής κληρονομιάς

και στη στήριξη της τοπικής οικονομίας. Στη συνέχεια, αναλύεται η σημασία της προσφοράς ενός αυθεντικού ελληνικού μενού με τοπικά προϊόντα, το οποίο αναδεικνύει τις παραδοσιακές γεύσεις και ενισχύει την τουριστική ελκυστικότητα της περιοχής. Ακολούθως, παρουσιάζεται η περίπτωση του προγράμματος «Ελληνικό Πρωινό» του Ξενοδοχειακού Επιμελητηρίου Ελλάδος (ΞΕΕ), το οποίο προωθεί τη χρήση τοπικών προϊόντων και παραδοσιακών συνταγών στα τουριστικά καταλύματα. Εξηγείται ότι αυτή η πρωτοβουλία συνδέει τους τουρίστες με την τοπική κουζίνα και την πολιτιστική παράδοση, προσφέροντάς τους μια αυθεντική γαστρονομική εμπειρία. Επιπλέον, διευκρινίζεται ότι η χρήση τοπικών προϊόντων στο πρωινό των τουριστικών καταλυμάτων βοηθά στη διατήρηση της γαστρονομικής κουλτούρας και προάγει τη βιωσιμότητα, γιατί ενισχύει τους τοπικούς παραγωγούς και μειώνει τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις από τη μεταφορά τροφίμων. Παράλληλα, υπογραμμίζεται η σημασία της εκπαίδευσης και κατάρτισης των νέων επαγγελματιών της εστίασης στις παραδοσιακές μαγειρικές τεχνικές και συνταγές. Τέλος, επισημαίνεται ότι η διατήρηση της τοπικής γαστρονομίας δεν διαφυλάσσει μόνο την πολιτιστική κληρονομιά, αλλά και την κοινωνική βιωσιμότητα, αφού ενισχύει την κοινωνική συνοχή και την οικονομική ευημερία των τοπικών κοινοτήτων.

2.4.Γ.5 | ΒΙΩΣΙΜΕΣ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ

Σκοπός αυτής της υποενότητας είναι να παράσχει πρακτικές οδηγίες και παραδείγματα για την εφαρμογή βιώσιμων πρακτικών στον τουριστικό τομέα. Αρχικά, επισημαίνεται η σπουδαιότητα εφαρμογής βιώσιμων τουριστικών πρακτικών για την προστασία του περιβάλλοντος, την ευημερία των τοπικών κοινοτήτων και τη διατήρηση των φυσικών και πολιτιστικών πόρων. Στη συνέχεια, αναλύονται πρακτικές βιώσιμου τουρισμού σχετικά με τη διαχείριση πόρων και την ενεργειακή αποδοτικότητα, και προτείνεται η χρήση ανανεώσιμων πηγών ενέργειας, όπως η εγκατάσταση ηλιακών συλλεκτών και ανεμογεννητριών σε τουριστικές μονάδες, η εγκατάσταση συστημάτων επαναχρησιμοποίησης νερού για άρδευση και καθαριότητα, η υιοθέτηση τεχνολογιών εξοικονόμησης ενέργειας, όπως η εγκατάσταση ενεργειακά αποδοτικών φωτιστικών και συσκευών κ.λπ. Ακολούθως, περιγράφονται πρακτικές μείωσης και ανακύκλωσης αποβλήτων για τη μείωση του περιβαλλοντικού αποτυπώματος των τουριστικών δραστηριοτήτων και συνιστάται η τοποθέτηση κάδων ανακύκλωσης σε τουριστικές εγκαταστάσεις και δημόσιους χώρους, η παροχή επαναχρησιμοποιήσιμων σκευών, η διοργάνωση εκστρατειών για την ευαισθητοποίηση των τουριστών σχετικά με τη μείωση των αποβλήτων. Περαιτέρω, παρουσιάζονται πρακτικές προώθησης της τοπικής οικονομίας και ανάδειξης της πολιτιστικής κληρονομιάς, όπως η στήριξη τοπικών παραγωγών και η προώθηση τοπικών προϊόντων και υπηρεσιών, η συνεργασία με τοπικούς παραγωγούς και χειροτέχνες, η διοργάνωση πολιτιστικών εκδηλώσεων που αναδεικνύουν την τοπική κουλτούρα, η προώθηση εναλλακτικών μορφών τουρισμού (οικοτουρισμού, αγροτουρισμού, οιντουρισμού κ.ά.). Τέλος,

συνιστάται οι εκπαιδευόμενοι/-ες, εργαζόμενοι/-ες σε ομάδες, να συζητήσουν, να καταγράψουν και να προτείνουν τρόπους με τους οποίους οι ξενοδοχειακές και οι επισιτιστικές επιχειρήσεις μπορούν να υιοθετήσουν και να εφαρμόσουν βιώσιμες πρακτικές συμβάλλουν στην προστασία του περιβάλλοντος και τη βιωσιμότητα.

2.4.Γ.6 | ΠΟΛΙΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΒΙΩΣΙΜΟ ΤΟΥΡΙΣΜΟ

Στην τελευταία υποενότητα, αναλύονται οι μέθοδοι και οι στρατηγικές που προωθούν τη βιώσιμη ανάπτυξη στον τουρισμό. Αρχικά, αποσαφηνίζονται οι λόγοι που καθιστούν αναγκαία την εφαρμογή αυτών των μεθόδων για τον βιώσιμο τουρισμό. Στη συνέχεια, εξετάζεται ο ρόλος τους στη διαμόρφωση βιώσιμων τουριστικών πρακτικών και διακρίνονται οι κύριες κατηγορίες πολιτικών και στρατηγικών για τη βιωσιμότητα (περιβαλλοντικές, οικονομικές, κοινωνικές, τεχνολογικές κ.ά.). Ακολούθως, παρουσιάζεται ο ρόλος του Παγκόσμιου Οργανισμού Τουρισμού (UNWTO), εξηγείται η αποστολή και οι στόχοι του σχετικά με τη βιωσιμότητα, εξετάζονται οι βασικές πρωτοβουλίες και τα προγράμματα που προωθεί και παρατίθενται παραδείγματα επιτυχημένων στρατηγικών που εφαρμόστηκαν με την καθοδήγησή του. Επιπρόσθετα, αναλύεται η Ατζέντα 2030 του Οργανισμού Ηνωμένων Εθνών, με έμφαση στους 17 Στόχους Βιώσιμης Ανάπτυξης, οι οποίοι καλούνται να υλοποιηθούν από όλες τις χώρες μέλη του. Έπειτα, τονίζεται η σημασία διατήρησης της πολιτιστικής κληρονομιάς για την επίτευξη βιώσιμης τουριστικής ανάπτυξης. Εξετάζεται ο ρόλος της UNESCO στην προστασία αυτής της κληρονομιάς, η συνεργασία της με τουριστικούς οργανισμούς και παρατίθενται περιπτώσεις όπου η προστασία της πολιτιστικής κληρονομιάς οδήγησε σε βιώσιμο τουρισμό. Επιπλέον, ερμηνεύεται η στρατηγική της Ευρωπαϊκής Ένωσης για τον βιώσιμο τουρισμό, παρουσιάζονται τα προγράμματα χρηματοδότησης και οι πολιτικές που εφαρμόζει και αναλύονται οι επιπτώσεις των πολιτικών αυτών στον ευρωπαϊκό τουρισμό. Έπειτα, περιγράφεται ο ρόλος των Διεθνών Μη Κυβερνητικών Οργανώσεων (ΜΚΟ) στη βιώσιμη ανάπτυξη του τουρισμού, αναφέρονται παραδείγματα δράσεων και πρωτοβουλιών από διάφορες ΜΚΟ και επεξηγούνται οι τρόποι με τους οποίους αυτές συνεργάζονται με κυβερνήσεις και τουριστικούς οργανισμούς. Τέλος, παρουσιάζονται συστήματα πιστοποίησης όπως το Green Key, το Q Label, το Greek Breakfast, το Ειδικό Σήμα Ποιότητας Ελληνικής Κουζίνας κ.ά., που εφαρμόζονται για ξενοδοχεία και εστιατόρια, τα οποία προωθούν την επίτευξη υψηλών προτύπων βιωσιμότητας στον τομέα του τουρισμού.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Κοκκώσης, Χ. & Τσάρτας, Π. (2019). *Βιώσιμη Τουριστική Ανάπτυξη και Περιβάλλον* (2η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Κριτική.
2. Τσάρτας, Π., Σταυρινούδης, Θ., Ζαγκότση, Σ., Κυριακάκη, Α. & Βασιλείου, Μ. (2010). *Οδηγός για το περιβάλλον. Τουρισμός και περιβάλλον*. Αθήνα: WWF. Ανακτήθηκε από: https://www.contentarchive.wwf.gr/images/pdfs/OdigosPerivallonkaiTourismos_2010.pdf

Συμπληρωματικές

1. Σβορώνου, Ε. (2003). *Μέθοδοι Διαχείρισης του Οικοτουρισμού και του Τουρισμού σε Προστατευόμενες Περιοχές*. Αθήνα: WWF – ΥΠΕΧΩΔΕ. Ανακτήθηκε από: <https://www.contentarchive.wwf.gr/images/pdfs/ecos.pdf>
2. Μυλωνάς, Σ. (2023). *Βιώσιμη τουριστική ανάπτυξη. Θέματα βιώσιμης τουριστικής ανάπτυξης*. Αθήνα: INSETE. Ανακτήθηκε από: <https://insetetoolkit.gr/wp-content/uploads/2022/04/egx-biosimi-touristiki-anaptiksi-single-pages.pdf>

2.4.Δ • ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΑΣΚΗΣΗ

Περίληψη της μαθησιακής ενότητας

Σκοπός αυτής της μαθησιακής ενότητας είναι οι εκπαιδευόμενοι/-ες να εφαρμόσουν σε πρακτικό επίπεδο το σύνολο των γνώσεων που απέκτησαν στα τέσσερα εξάμηνα σπουδών. Επιπλέον, η μαθησιακή ενότητα στοχεύει στην εισαγωγή των εκπαιδευόμενων στην αγορά εργασίας και στη δημιουργία ευνοϊκών συνθηκών ενσωμάτωσης σε αυτή, λαμβάνοντας υπόψη τόσο το σύνολο των αποκτηθεισών γνώσεων, δεξιοτήτων και ικανοτήτων όσο και τις ιδιαιτερότητες του κλάδου. Σύμφωνα με το ωρολόγιο πρόγραμμα της ειδικότητας, «οι ώρες της πρακτικής άσκησης δύναται να διεξάγονται αθροιστικά μετά την έβδομη (7η) εβδομάδα του εξαμήνου Δ΄, αφού θα έχει ολοκληρωθεί η ύλη των υπόλοιπων μαθημάτων του εξαμήνου». Κατά αυτόν τον τρόπο, η μαθησιακή ενότητα «Πρακτική Άσκηση» δύναται να ξεκινήσει μετά την έβδομη (7η) εβδομάδα (αφού έχει ολοκληρωθεί στο αντίστοιχο διάστημα η ύλη των υπόλοιπων μαθημάτων του εξαμήνου) και να πραγματοποιηθούν οι ώρες της μαθησιακής ενότητας αθροιστικά. Οι εκπαιδευτικές δράσεις της μαθησιακής ενότητας γίνονται εντός αλλά και εκτός των εγκαταστάσεων της εκπαιδευτικής δομής. Κάποια ενδεικτικά παραδείγματα από τις ποικίλες εκπαιδευτικές δραστηριότητες είναι τα εξής: ανάθεση εκπόνησης διαθεματικών εργασιών, σεμιναριακές παρουσιάσεις, εργαστηριακές εφαρμογές, εκπαιδευτικές επισκέψεις σε πρότυπους επαγγελματικούς χώρους, συμ-

μετοχή σε επαγγελματικές ημερίδες, συνέδρια, φεστιβάλ, εκθέσεις, πρακτική άσκηση σε επιχειρήσεις του κλάδου, παρουσίαση τοπικών προϊόντων και προϊόντων ΠΟΠ, πραγματοποίηση δράσεων εύρεσης εργασίας και εν γένει ενεργειών διασύνδεσης με την αγορά εργασίας, παρουσιάσεις σύνταξης βιογραφικού σημειώματος, ανάλυσης στοιχείων εργατικής νομοθεσίας και ειδικών θεμάτων διοίκησης προσωπικού. Η αξιολόγηση της μαθησιακής ενότητας μπορεί να γίνεται είτε με μορφή δομημένων εργασιών είτε με εργαστηριακή αξιολόγηση σε καθορισμένες δράσεις από υπεύθυνο/-η συντονιστή/-τρια εκπαιδευτή/-τρια. Ο/Η συντονιστής/-τρια της μαθησιακής ενότητας εποπτεύει τη διαδικασία και διευκολύνει τον/την εκπαιδευόμενο/-η παρέχοντας πηγές αλλά και διευκρινίσεις σχετικά με το επιδιωκόμενο μαθησιακό αποτέλεσμα.

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα

Όταν ολοκληρώσουν τη μαθησιακή ενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι ικανοί/-ές να:

- Κατηγοριοποιούν τα διάφορα είδη γευμάτων,
- Σχεδιάζουν μενού, απλά και σύνθετα,
- Αναγνωρίζουν τα ποιοτικά χαρακτηριστικά των υλικών που χρησιμοποιούνται σε μια επαγγελματική κουζίνα, καθώς και τα ελληνικά παραδοσιακά ΠΟΠ προϊόντα,
- Οργανώνουν τον χώρο ευθύνης τους, τα πόστα εργασίας, τα προϊόντα και τις πρώτες ύλες προς επεξεργασία σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και με σεβασμό στους κανόνες ορθής πρακτικής,
- Προετοιμάζουν τα διάφορα υλικά ανάλογα με την κατηγορία εδέσματος που προσφέρεται και σε συνδυασμό με το τελικό αποτέλεσμα,
- Χρησιμοποιούν τα επιμέρους υλικά μέσω των καταλληλότερων τρόπων ψήσιματος και με τις αντίστοιχες γαρνιτούρες, σάλτσες και συνδυασμούς, καθώς και όλες τις σύγχρονες εφαρμογές ντεκόρ και food styling, προσφέροντας υψηλής αξίας τελικό προϊόν/πιάτο,
- Χρησιμοποιούν τα επιμέρους υλικά με μοντέρνες τεχνικές ελληνικής και διεθνούς κουζίνας, δημιουργώντας πιάτα ανάλογα με την κατηγορία του εδέσματος στο μενού,
- Οργανώνουν τα μενού και τα πιάτα που τα αποτελούν με σεβασμό στους κανόνες παράθεσης και θέσης των πιάτων μέσα σε αυτά, συνθέτοντάς τα με τρόπο που να εφαρμόζουν όλους τους γαστρονομικούς κανόνες, καθώς και τους κανόνες βιωσιμότητας και αποφυγής σπατάλης τροφίμων,
- Σχεδιάζουν την αποτελεσματική σύνθεση του βιογραφικού τους σημειώματος,
- Χρησιμοποιούν όλες τις τεχνικές αναζήτησης εργασίας στον κλάδο.

Βασικές έννοιες και λέξεις-κλειδιά

Food styling / Αξίες μαγειρικής τέχνης / Γαστρονομικοί προορισμοί / Χειροποίητα προϊόντα / Κυκλική οικονομία στη μαγειρική / Κοπές κρέατος / Μεγάλα ψάρια / Αναζήτηση εργασίας.

Αριθμός ωρών διδασκαλίας της μαθησιακής ενότητας ανά εβδομάδα

Θεωρία (0), Εργαστήριο (6), Σύνολο (6).

Διάρθρωση των μαθησιακών ενοτήτων σε υποενότητες

A/A	ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΣΙΑΚΗΣ ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑΣ
1	ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΣΗ ΕΔΕΣΜΑΤΩΝ, FOOD STYLING ΚΑΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΒΙΝΤΕΟ
2	ΚΥΚΛΙΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ ΚΑΙ ΜΕΙΩΣΗ ΤΗΣ ΣΠΑΤΑΛΗΣ ΣΤΙΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ
3	ΣΥΝΘΕΣΗ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ À LA CARTE ΚΑΙ TABLE D'HOTE
4	ΠΑΣΤΕΡΙΩΣΗ, ΑΠΟΣΤΕΙΡΩΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ
5	ΣΙΤΕΜΑ ΚΑΙ ΨΗΣΙΜΟ ΓΙΑ ΜΕΓΑΛΑ ΨΑΡΙΑ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΟΠΕΣ ΚΡΕΑΤΟΣ
6	ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΛΑΔΙΑ, ΣΑΛΤΣΕΣ, ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΥΤΥΡΑ, ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΕΣ ΜΑΡΜΕΛΑΔΕΣ, ΠΑΣΤΕΛΙΑ ΚΑΙ ΚΟΜΠΟΣΤΕΣ
7	ΑΠΟΣΤΕΩΣΗ ΚΡΕΑΤΩΝ ΚΑΙ ΦΙΛΕΤΑΡΙΣΜΑ ΨΑΡΙΩΝ
8	ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ – ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΑΙ ΔΙΕΘΝΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑ

Κείμενο αναφοράς

2.4.Δ.1 | ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΣΗ ΕΔΕΣΜΑΤΩΝ, FOOD STYLING ΚΑΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ ΒΙΝΤΕΟ

Η πρώτη μαθησιακή υποενότητα εστιάζεται στη σημασία της προβολής και διαφήμισης των τελικών προϊόντων προς πώληση. Πρωταρχικός στόχος της παραγωγικής διαδικασίας είναι η δημιουργία νόστιμων αλλά και κομψών προϊόντων, τα οποία πρέπει να παρουσιάζονται στους δυνάμει πελάτες με τρόπο που να τους κινούν το ενδιαφέρον. Αυτό συμβαίνει όταν η προώθηση και η διαφήμιση επιτυγχάνουν γρήγορα τον στόχο. Στο πλαίσιο αυτής της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλύπτουν τις βασικές γνώσεις για φωτογράφιση και δημιουργία βίντεο. Αυτές οι τεχνικές περιλαμβάνουν όλες τις μεθόδους φωτογράφισης που, μέσω των ρυθμίσεων, μπορούν να αναβαθμίσουν το τελικό προϊόν. Παράλληλα με τις φωτογραφίες, οι εκπαιδευόμενοι/-ες δημιουργούν βίντεο, reels, boomerang ή άλλα ψηφιακά αποτελέσματα για να παρουσιάσουν ακόμη πιο δελεαστικά τα προϊόντα που παρήγαγαν. Στη συνέχεια, επικεντρώνονται στις βασικές τεχνικές χρήσης των social media και στις προτεινόμενες εφαρμογές που διαθέτουν. Ακολούθως, εξετάζεται η κατηγοριοποίηση των προϊόντων βάσει προτεραιότητας για προώθηση και διαφήμιση. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες κατανοούν την ανάγκη προβολής των προϊόντων και συμμετέχουν ενεργά στην αποτύπωση των χαρακτηριστικών ποιότητας. Παράλληλα, πρέπει να γίνει σαφές ότι η προβολή των προϊόντων είναι απαραίτητη για την πώλησή τους και την ανάδειξη της συνολικής προσπάθειας, πάντα σε εναρμόνιση και συνεργασία με τη διοίκηση του εκπαιδευτικού ιδρύματος. Ολοκληρώνοντας την υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να προβάλουν σε επαγγελματίες του χώρου μια

σειρά φωτογραφιών και βίντεο που αποτυπώνουν το έργο τους κατά την παραγωγική διαδικασία στο εργαστήριο, δημιουργώντας με αυτόν τον τρόπο το ψηφιακό χαρτοφυλάκιό τους (portfolio).

2.4.Δ.2 | ΚΥΚΛΙΚΗ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ ΚΑΙ ΜΕΙΩΣΗ ΤΗΣ ΣΠΑΤΑΛΗΣ ΣΤΙΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Η παρούσα μαθησιακή υποενότητα στοχεύει στην κατανόηση της ορθής διαχείρισης των πρώτων υλών. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με τις έννοιες της «ανακύκλωσης» και της «επαναχρησιμοποίησης αποβλήτων», προωθώντας περιβαλλοντικές πρακτικές που ελαχιστοποιούν τη σπατάλη. Με την ολοκλήρωση της υποενότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα έχουν εμβαθύνει στις αρχές της «κυκλικής οικονομίας», η οποία περιλαμβάνει τη χρήση ανακυκλώσιμων συσκευασιών, την αξιοποίηση αποβλήτων, την εξοικονόμηση ενέργειας και τη μείωση της σπατάλης τροφίμων. Επιπλέον, οι εκπαιδευόμενοι/-ες επικεντρώνονται στην «εποχικότητα» των υλικών και, πιο συγκεκριμένα, στην τάση ή την ανάγκη για χρήση υλικών ή συστατικών που είναι διαθέσιμα μόνο κατά τη διάρκεια συγκεκριμένων εποχών του χρόνου. Στη μαγειρική, η εποχικότητα των υλικών συνδέεται συνήθως με τη διαθεσιμότητα φρέσκων φρούτων, λαχανικών, ψαριών και θαλασσινών ή άλλων πρώτων υλών που εξαρτώνται από την εποχή ή τον κύκλο της φύσης. Συνεπώς, η αποτελεσματική διαχείριση των πρώτων υλών στη μαγειρική συμβάλλει στην διασφάλιση της ποιότητας των προϊόντων, τη μείωση του αποθεματικού κόστους και την προστασία του περιβάλλοντος. Έτσι, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν συνείδηση ότι η βιομηχανία της μαγειρικής διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην προστασία του περιβάλλοντος και την εξασφάλιση της αειφορίας στον ανταγωνιστικό κλάδο της εστίασης.

2.4.Δ.3 | ΣΥΝΘΕΣΗ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ À LA CARTE ΚΑΙ TABLE D'HÔTE

Στη συγκεκριμένη υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες συνθέτουν εδεσματολογία για εστιατόρια που σερβίρουν à la carte και table d'hôte. Για να γίνει αντιληπτός ο τρόπος δημιουργίας ενός τέτοιου εδεσματολογίου, οι εκπαιδευόμενοι/-ες πρέπει να χρησιμοποιήσουν το σύνολο των γνώσεων που έχουν αποκομίσει, ώστε να είναι ευέλικτοι στις προτάσεις τους. Τα εδέσματά τους πρέπει να είναι και αλμυρά και γλυκά, ώστε να υπάρχει αρμονία στην ακολουθία των πιάτων, με έμφαση στη χρήση τοπικών προϊόντων και πρώτων υλών ΠΟΠ και ΠΓΕ. Για τον σκοπό αυτόν, στη συγκεκριμένη υποενότητα, αναλύονται εκ νέου όλα τα αλμυρά εδέσματα που διδάχθηκαν. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλούνται να εντοπίσουν τις ανάγκες ενός εδεσματολογίου à la carte και table d'hôte ή να ζητήσουν από τον/την εκπαιδευτή/-τρια να τους θέσει τις προδιαγραφές. Επιπλέον, οι προτάσεις τους πρέπει να κάνουν χρήση της διεθνούς ορολογίας σύνταξης εδεσματολογίου και να περιλαμβάνουν ελληνικά τοπικά εδέσματα, αλλά και εθνικές κουζίνες. Οι κατηγορίες που θα ακολουθήσουν είναι οι εξής: ορεκτικά κρύα και ζεστά, σούπες-κονσομέ, παρασκευές ζυμαρικών, ψάρια, μεγάλα

κομμάτια κρέας (grosses pièces), μαγειρεμένα κρέατα, κοπές, sorbet, ψητά-σχάρας, κρύα πιάτα, πατάτες, λαχανικά, σαλάτες, γλυκά-παγωτά, επιδόρπια. Επιπλέον, προτείνεται η αναζήτηση ανάλογων μενού από εστιατόρια της πόλης, της Ελλάδας και του εξωτερικού, με διακρίσεις από ταξιδιωτικούς ή άλλους οδηγούς, όπως οι οδηγοί Michelin και τα 50 S. Pellegrino World's 50 Best Restaurant Awards. Τέλος, ωφέλιμο είναι, κατά τη διάρκεια σύνθεσης των μενού, να ληφθούν υπόψη τυχόν διατροφικοί περιορισμοί πελατών, καθώς και οι αγορανομικές διατάξεις της ελληνικής νομοθεσίας για τη σύνταξη καταλόγων σε εστιατόρια.

2.4.Δ.4 | ΠΑΣΤΕΡΙΩΣΗ, ΑΠΟΣΤΕΙΡΩΣΗ ΚΑΙ ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ

Εφόσον σε προηγούμενη υποενότητα αναλύθηκαν όλες οι αρχές υγιεινής και ασφάλειας κατά τη λειτουργία ενός χώρου παραγωγής εδεσμάτων, σε αυτή την υποενότητα οι εκπαιδευόμενοι/-ες προχωρούν ένα βήμα παρακάτω, εμβαθύνοντας στις έννοιες της «παστερίωσης» και της «αποστείρωσης». Η μαγειρική τέχνη χρησιμοποιεί σε μεγάλο βαθμό πρώτες ύλες που είναι ιδιαίτερα ευπαθείς, όπως: κρέας, πουλερικά, ψάρι, αβγά, γαλακτοκομικά προϊόντα. Τα φρέσκα φρούτα και λαχανικά θεωρούνται, επίσης, ευπαθή, γιατί πολύ λίγα μπορούν να διατηρηθούν για μεγάλο χρονικό διάστημα σε θερμοκρασία δωματίου. Για τον λόγο αυτόν, είναι απαραίτητο να κατανοηθούν οι ομοιότητες και οι διαφορές της παστερίωσης και της αποστείρωσης, οι τρόποι εφαρμογής τους σε υλικά ζαχαροπλαστικής (γάλα, επεξεργασμένα φρούτα, αβγά κ.λπ.) και μαγειρικής (κρέας, όσπρια, ζυμαρικά, σάλτσες, αβγά), καθώς και τα οφέλη τους για τον καταναλωτή. Για την ολοκλήρωση του διδακτικού αντικείμενου, έμφαση δίνεται στη σωστή συντήρηση των πρώτων υλών, των ενδιάμεσων και των τελικών προϊόντων που φυλάσσονται σε μια επιχείρηση που επεξεργάζεται βρώσιμα είδη, ανεξαρτήτως μεγέθους και τρόπου λειτουργίας της. Η υποενότητα καλύπτει, επίσης, τη λειτουργία των ψυκτικών θαλάμων, τις ενδεδειγμένες θερμοκρασίες μέσα σε αυτούς, καθώς και τις σωστές μεθόδους ψύξης, κατάψυξης και απόψυξης. Τέλος, έμφαση δίνεται σε υλικά και προϊόντα που χρήζουν ειδικής μεταχείρισης εξαιτίας της ευαισθησίας τους. Συνιστάται η παράθεση ρεαλιστικών παραδειγμάτων στον χώρο του εργαστηρίου, όπως η παρασκευή παστεριωμένων φυτικών προϊόντων, π.χ. τουρσί πιπεράκια, τουρσί αμύγδαλα (τσάγαλα), πίκλες αγγουράκια, τουρσί λάχανο κ.ά., για εργαστηριακή χρήση.

2.4.Δ.5 | ΣΙΤΕΜΑ ΚΑΙ ΨΗΣΙΜΟ ΓΙΑ ΜΕΓΑΛΑ ΨΑΡΙΑ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΟΠΕΣ ΚΡΕΑΤΟΣ

Η παρούσα υποενότητα επικεντρώνεται στη σημασία της ωρίμασης του κρέατος και των ψαριών. Η απόφαση του εστιατορίου να σερβίρει σιτεμένα κρέατα και ψάρια είναι μια στρατηγική επιλογή που απαιτεί εκπαιδευμένο προσωπικό, δέσμευση χρημάτων, στενή συνεργασία με προμηθευτές και ανάλογο μάρκετινγκ, ώστε να προσελκύσει την κατάλληλη αγορά. Αρχικά, πρέπει να αναφερθεί ότι η διαδικασία σιτέματος προϋποθέτει μεγάλα κομμάτια κρέας και ψάρι, συνήθως υψηλής ποιότητας και ακριβά. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες απαριθμούν τα τεμάχια κρέατος και ψαριού βάσει των κοπών,

αναλύουν τα εργαλεία και τον εξοπλισμό ψησίματος και περιγράφουν τη χρήση και τη συντήρησή του. Παράλληλα, εξηγούν τον τρόπο συντήρησης των κρεάτων και των ψαριών στον θάλαμο, τις απαιτούμενες θερμοκρασίες, τις προδιαγραφές και τον τρόπο παρακολούθησης της ωρίμανσης. Έμφαση δίνεται στον εξοπλισμό σερβιρίσματος, ο οποίος έχει και αυτός ειδικές προδιαγραφές. Ο καθημερινός έλεγχος των συνθηκών ωρίμανσης είναι σημαντικός και οι εκπαιδευόμενοι/-ες οφείλουν να τηρούν σχετικό ημερολόγιο καταγραφής. Επιπλέον, προσδιορίζουν τον απαραίτητο εξοπλισμό και εργαλεία για την προετοιμασία και παρακολουθούν τη ροή του ψησίματος. Τέλος, προτείνουν τις κατάλληλες γαρνιτούρες και μεθόδους μαγειρικής για κάθε κοπή. Ολοκληρώνοντας την υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα είναι σε θέση να προτείνουν στους/στις εκπαιδευτές/-τριες ανάλογες κοπές και γαρνιτούρες, με γνώμονα την ποιότητα και την οικονομική αποδοτικότητα.

2.4.Δ.6 | ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΛΑΔΙΑ, ΣΑΛΤΣΕΣ, ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΒΟΥΤΥΡΑ, ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΕΣ ΜΑΡΜΕΛΑΔΕΣ, ΠΑΣΤΕΛΙΑ ΚΑΙ ΚΟΜΠΟΣΤΕΣ

Τα χειροποίητα προϊόντα που δημιουργεί ο/η Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης είναι καθοριστικά για τον τρόπο που εργάζεται και το τελικό γαστρονομικό αποτέλεσμα. Για να γίνουν τα ανωτέρω πλήρως κατανοητά, κρίνεται απαραίτητη η εργαστηριακή τους εφαρμογή κατά την πρακτική άσκηση. Έτσι, για να γίνει αντιληπτός ο τρόπος δημιουργίας τους, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλούνται να χρησιμοποιήσουν το σύνολο των γνώσεων που έχουν αποκομίσει από τις προηγούμενες μαθησιακές ενότητες, ώστε να είναι αποτελεσματικοί/-ές στις δημιουργίες τους. Συγκεκριμένα, συνδυάζουν τοπικά εξαιρετικά παρθένα ελαιόλαδα με τοπικά βότανα και πετυχαίνουν εξαιρετικά αρωματικά λάδια, τα οποία μπορούν να χρησιμοποιήσουν σκέτα, σε dressings για σαλάτες, σε μαρινάδες, να τα περιχύσουν πάνω από ζυμαρικά, να τα προσφέρουν στο καλωσόρισμα μαζί με χειροποίητο ψωμί ή να τα περιχύσουν σε ένα ψάρι ή μια κοπή κρέατος. Επίσης, δημιουργούν τα δικά τους αρωματικά λάδια με βότανα, μπαχαρικά, φρούτα και λαχανικά, χρησιμοποιώντας μόνο ένα άρωμα ή συνδυάζοντας περισσότερα, ανάλογα με τη χρήση και την προτίμησή τους, όπως: σκόρδο-τσίλι, δεντρολίβανο-σκόρδο, πορτοκάλι με μαστίχα Χίου. Όσον αφορά τις χειροποίητες μαρμελάδες και σάλτσες, οι εκπαιδευόμενοι/-ες επιλέγουν φρούτα τις εποχής και επιχειρούν συνδυασμούς που εντυπωσιάζουν, όπως: σάλτσα ντομάτας με γλυκάνισο, μαρμελάδα πορτοκάλι με μαστίχα Χίου κ.ά. Επιπλέον, παρασκευάζουν παστέλια με ξηρούς καρπούς που τα φυλάσσουν σε βάζα και τα χρησιμοποιούν κυρίως στις σαλάτες. Τέλος, οι κομπόστες παρασκευάζονται από φρούτα εποχής, με λιγότερη ζάχαρη και τη χρήση νέων γλυκαντικών φυσικών υλών.

2.4.Δ.7 | ΑΠΟΣΤΕΩΣΗ ΚΡΕΑΤΩΝ ΚΑΙ ΦΙΛΕΤΑΡΙΣΜΑ ΨΑΡΙΩΝ

Στη συγκεκριμένη υποενότητα, οι εκπαιδευόμενοι/-ες χρησιμοποιούν τις τεχνικές τεμαχισμού κρεάτων και ψαριών που διδάχθηκαν στα προηγούμενα εξάμηνα. Το

φιλετάρισμα είναι πολύ σημαντικό και προϋποθέτει άριστη γνώση της ανατομίας, ειδικό εξοπλισμό (ατσάλινο γάντι, μαχαίρι φιλεταρίσματος, τεφλόν κοπής, ψαλίδι για τα ψάρια) και εμπειρία για τη σωστή μεριδοποίηση. Οι τεχνικές αυτές επιτρέπουν στους/στις εκπαιδευόμενους/-ες να αξιοποιήσουν τις δεξιότητές τους και να επιδείξουν τις γνώσεις τους στον/στην εκπαιδευτή/-τρια. Συχνά, ο/η Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης συζητά με τον πελάτη ή παρέχει στον σερβιτόρο τεχνικές γνώσεις που βοηθούν στην πώληση. Στη συνέχεια, αναλύεται από τον/την εκπαιδευτή/-τρια κάθε κομμάτι κρέας ή ψάρι με βάση την υφή και την τρυφερότητά του, ενώ οι εκπαιδευόμενοι/-ες ερμηνεύουν τη μαγειρική αξιοποίηση τους. Ταυτόχρονα, εξετάζονται οι τιμές πώλησης κάθε τεμαχίου, ο χρόνος και η μέθοδος ψησίματος, αλλά και το μαρινάρισμά του. Είναι ουσιώδεις οι εκπαιδευόμενοι/-ες να επιλέγουν ποιοτικές πρώτες ύλες διασφαλίζοντας την ποιότητα των εδεσμάτων, την πώληση και την επαναληψιμότητά της. Η εναρμόνιση των βασικών μενού της επιχείρησης με τις ανάγκες και τις προτιμήσεις των πελατών αποτελεί προτεραιότητα στον χώρο της εστίασης. Γι' αυτόν τον λόγο, οι εκπαιδευόμενοι/-ες ζητούν τη γνώμη των επαγγελματιών για θέματα που σχετίζονται με κοπές κρεάτων και μεγάλα ψάρια.

2.4.Δ.8 | ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ: ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΑΙ ΔΙΕΘΝΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑ

Η συγκεκριμένη μαθησιακή υποενοότητα αντιπροσωπεύει το θεμέλιο στο οποίο στηρίζεται η επιτυχία των εκπαιδευομένων στον χώρο της μαγειρικής τέχνης. Κατανοώντας βασικές συνταγές και τεχνικές, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν τις απαραίτητες δεξιότητες για να δημιουργήσουν εντυπωσιακά εδέσματα. Στο πλαίσιο αυτής της υποενοότητας, οι εκπαιδευόμενοι/-ες καλύπτουν τις βασικές συνταγές για προϊόντα μαγειρικής, όπως αρνάκι ρολό ψητό, αρνάκι φρικασέ, ψάρι αγιορείτικο, χταποδόσουπα αγιορείτικη, χταπόδι με ελιές, μοσχάρι με Ξινόμαυρο, λαγό στιφάδο, αγριογούρουνο με κυδώνια, ζαρκάδι με μανιτάρι, φασιανό με κάστανα και άλλα γνωστά ελληνικά φαγητά, τα οποία μαγειρεύουν σύμφωνα με την παράδοση και τα αποδίδουν στο πιάτο με μοντέρνο τρόπο. Στις πολύπλοκες συνταγές, οι οποίες περιλαμβάνουν τις ακριβείς ποσότητες, τα κόστη υλικών, τις σωστές διαδικασίες της μεθόδου παραγωγής, οι εκπαιδευόμενοι/-ες επικεντρώνονται στις βασικές τεχνικές της μαγειρικής για την ανάπτυξη των δεξιοτήτων τους. Σημαντικό κομμάτι στη μαγειρική τέχνη είναι οι τεχνικές μαγειρικής σε *sous vide*, γάστρα, σούβλα κ.λπ., καθώς και η διακόσμηση με βρώσιμες προτάσεις. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες εξοικειώνονται με τη χρήση εργαλείων για τη δημιουργία διακοσμητικών στοιχείων, ενώ παράλληλα επικεντρώνονται στην ανάδειξη της γεύσης μέσω προηγμένων μαγειρικών τεχνικών, σεβόμενοι/-ες την αυθεντική γεύση του πιάτου. Συνοψίζοντας, στην υποενοότητα αυτή, οι εκπαιδευόμενοι/-ες αποκτούν τα απαραίτητα εφόδια για τη δημιουργία βασικών εδεσμάτων που έχουν εδραιωθεί στην παγκόσμια κουζίνα. Αυτό επιτρέπει την εξέλιξη των δεξιοτήτων τους και την καλλιέργεια της φαντασίας τους, ενώ τους ωθεί στη δημιουργία νέων γαστρονομικών εμπειριών, κάνοντας τους/τες ικανούς/-ές να

προσθέσουν τη δική τους ταυτότητα. Καθώς οι δυνάμει μάγειρες/-ισσες αποκτούν εμπειρία, μπορούν να προχωρήσουν σε προηγμένες τεχνικές και δημιουργικές διαδικασίες για τη σύνθεση μοναδικών εδεσμάτων.

Προτεινόμενες πηγές μελέτης

Κύριες

1. Καλόσακας, Ε. & Παναγούλης, Α. (2017). *Μαγειρεύουμε. Η δημιουργία*. Αθήνα: Εκδόσεις Le Monde/Les Livres du Tourisme.
2. Θεοδωρέλης, Χ. Δ. (2023). *Επιστήμη και Τεχνογνωσία στη Μαζική Εστίαση*. Θεσσαλονίκη: Ιδιωτική έκδοση.
3. Ράπτης, Λ. & Ανδρεάδης, Τ. (2016). *Gourmeat. One step beyond*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις iWrite.
4. Λαμπράκη, Μ. (2011). *Μπάρμπεκιου αλλά Ελληνικά!* Κρήτη: Ιδιωτική έκδοση.
5. Καραγιάννης, Γ. (2014). *Λουκάνικα & Αλλαντικά*. Αθήνα: Εκδόσεις Ψύχαλου.
6. Κατσώνης, Α., Δημητρακόπουλος, Ε. & Κηπουρός, Κ. (2017). *Απλά και σύνθετα βούτυρα*. Αθήνα: Εκδόσεις Λεξίτυπον.

Συμπληρωματικές

1. Παλησίδης, Γ. & Μπόσκου, Γ. (2012). *Νέα διατροφικά πρότυπα*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ.
2. Metz, R. & Gruner, H. (2003). *Επάγγελμα Μάγειρας. Κοπή Κρέατος και Ψαριού*. Αθήνα: Ευρωπαϊκές Τεχνολογικές Εκδόσεις.
3. Λαλούμης, Δ. & Στεφανακίδης, Κ. (2014). *Διοίκηση εστιατορίων*. Αθήνα: Ιδιωτική έκδοση.

3 | Διδακτική μεθοδολογία

Στο πλαίσιο των εκπαιδευτικών συναντήσεων, αξιοποιείται η συμμετοχική ή/και η βιωματική διδασκαλία. Έχοντας ως σημείο εκκίνησης τις βασικές αρχές εκπαίδευσης ενηλίκων αλλά και τη σύνδεση της αρχικής επαγγελματικής κατάρτισης με το πραγματικό περιβάλλον εργασίας, η εκπαίδευση έχει ένα διπλό σημείο αναφοράς: την ενεργή ανταπόκριση στις μαθησιακές ανάγκες της συγκεκριμένης κάθε φορά ομάδας εκπαιδευομένων και τις ανάγκες που προκύπτουν στο περιβάλλον εργασίας της συγκεκριμένης ειδικότητας.

Ο/Η εκπαιδευτής/-τρια οργανώνει και καθοδηγεί την εκπαιδευτική πράξη, επιλύει τυχόν προβλήματα, υποστηρίζει, ανατροφοδοτεί και ενδυναμώνει τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες. Διαμεσολαβεί, διευκολύνει και ενισχύει τη διαδικασία μάθησης, σε ομαδικό και σε ατομικό επίπεδο, συνδέοντας την κατάρτιση με τον κόσμο της εργασίας.

Η συμμετοχική και βιωματική εκπαίδευση διαμορφώνει ένα δημιουργικό περιβάλλον μάθησης και ενισχύει την αλληλεπίδραση εκπαιδευτή/-τριας και εκπαιδευομένων. Προσφέρει τη δυνατότητα να γίνουν αντιληπτές αλλά και να αξιοποιηθούν στην εκπαιδευτική διαδικασία οι ανάγκες, οι ιδιαιτερότητες, οι δυνατότητες, οι γνώσεις, οι δεξιότητες και οι εμπειρίες της συγκεκριμένης ομάδας των καταρτιζομένων. Προσφέρει τη δυνατότητα να γίνουν πρακτικές και ρεαλιστικές συνδέσεις με το πραγματικό περιβάλλον εργασίας της συγκεκριμένης ειδικότητας.

Την υποστήριξη ενός αλληλεπιδραστικού περιβάλλοντος μάθησης ενισχύουν η χρήση σύντομων εμπλουτισμένων εισηγήσεων και η συχνή εφαρμογή συμμετοχικών εκπαιδευτικών τεχνικών και μέσων. Ενδεικτικά, αναφέρουμε ότι η ενίσχυση της συμμετοχής των καταρτιζομένων υποβοηθείται ενεργά με την αξιοποίηση απλών τεχνικών όπως είναι ο καταγισμός ιδεών, οι ερωτήσεις-απαντήσεις ή η συζήτηση, οι ατομικές ή/και ομαδικές ασκήσεις εφαρμογής ή επίλυσης προβλήματος, η προσομοίωση, η εργασία σε ομάδες, οι μελέτες περίπτωσης. Οι εκπαιδευτικές δραστηριότητες που αξιοποιούν τις παραπάνω ή ανάλογες εκπαιδευτικές τεχνικές αντλούν τα θέματά τους από τη θεματολογία της κάθε μαθησιακής ενότητας και τα σχετικά ζητήματα που συνδέονται με το πραγματικό περιβάλλον εργασίας.

Η εκπαίδευση σε συγκεκριμένες –ατομικές ή/και ομαδικές– δραστηριότητες μέσα στην τάξη και στα εργαστήρια προετοιμάζει τα μέλη της ομάδας για τη συμμετοχή τους στην πρακτική άσκηση/μαθητεία. Η σταδιακή εξειδίκευση της γνώσης, η ανάπτυξη συγκεκριμένων δεξιοτήτων/ικανοτήτων, καθώς και η καλλιέργεια κατάλληλων στάσεων και συμπεριφορών σε κρίσιμα ζητήματα δεοντολογίας, υγείας και ασφάλειας κ.λπ., προετοιμάζουν τη συγκεκριμένη κάθε φορά ομάδα εκπαιδευομένων για τα επόμενα βήματα. Το πρόγραμμα κατάρτισης συνδυάζει την απόκτηση θεωρητικών γνώσεων με την ανάπτυξη αναγκαίων πρακτικών δεξιοτήτων για την αποτελεσματική άσκηση του επαγγέλματος.

Σε ανάλογη κατεύθυνση, στο πλαίσιο της πρακτικής εφαρμογής της ειδικότητας, δίνεται και η δυνατότητα ανάπτυξης διαθεματικών προγραμμάτων/σχεδίων δραστηριοτήτων (projects), με σύγχρονη εφαρμογή διαφορετικών μαθησιακών ενοτήτων και θεματικών. Οι συγκεκριμένες δραστηριότητες μπορούν να αναπτύσσονται σε μεγαλύτερη ή μικρότερη χρονική έκταση και να συμπεριλαμβάνουν, ενδεικτικά, επισκέψεις σε χώρους εργασίας και εγκαταστάσεις παραγωγής, συναντήσεις με έμπειρους επαγγελματίες της ειδικότητας ή ειδικούς του συγκεκριμένου παραγωγικού τομέα και κλάδου, υλοποίηση ομαδικών εργασιών με συνδυασμό διαφορετικών μαθησιακών ενοτήτων υπό την καθοδήγηση ομάδας εκπαιδευτών/-τριών ή ακόμη και δημιουργία ομάδων εκπαιδευομένων με στόχο την αμοιβαία άσκηση, μελέτη και αλληλοδιδασκαλία. Το σύνολο των παραπάνω δραστηριοτήτων μπορεί να αξιοποιηθούν και αυτόνομα, ανεξάρτητα δηλαδή από την υλοποίηση ενός συνολικότερου project.

Η ανάπτυξη συνεργατικού κλίματος μεταξύ των εκπαιδευομένων και η καλλιέργεια σχέσης εμπιστοσύνης με τους/τις εκπαιδευτές/-τριες συντελούν στη δημιουργία μιας κοινότητας μάθησης, η οποία μπορεί να αποδειχθεί ιδιαίτερα σημαντική για την ενίσχυση των διεργασιών μάθησης τόσο κατά τη διάρκεια της εκπαιδευτικής διαδικασίας όσο και πέρα από αυτή, σε περιόδους μελέτης ή/και προετοιμασίας για τις διαδικασίες αξιολόγησης/πιστοποίησης των γνώσεων και δεξιοτήτων που έχουν αποκτηθεί.

Η ενίσχυση της συνεργασίας και της δημιουργίας μιας κοινότητας μάθησης είναι δυνατόν να επηρεάσει και τους τρόπους μελέτης των εκπαιδευομένων προς μια πιο ενεργητική, δημιουργική στάση διερεύνησης και εξοικείωσης με τη γνώση. Η τήρηση προσωπικών σημειώσεων και η ανταλλαγή τους μεταξύ των εκπαιδευομένων, η μελέτη πρόσθετων βιβλιογραφικών –ελληνόφωνων και ξενόγλωσσων– πηγών, η αναζήτηση συμπληρωματικών ερεθισμάτων στο ευρύτερο κοινωνικό και επαγγελματικό περιβάλλον (παρακολούθηση οπτικο-ακουστικού υλικού, επαγγελματικών περιοδικών, εξέλιξης θεσμικού πλαισίου κ.λπ.), σχετικών με την επαγγελματική ειδικότητα, είναι δυνατόν να αποτελέσουν σημαντικά συστατικά για τη διαμόρφωση μιας ισχυρής σχέσης με την εξειδικευμένη επαγγελματική γνώση και τις δεξιότητες που απαιτεί το επάγγελμα.

Η παρακολούθηση ενός εντατικού προγράμματος κατάρτισης μεγάλης διάρκειας αναγκαστικά επιφέρει αλλαγές στην καθημερινότητα των εκπαιδευομένων. Η αποδοτική διαχείριση του καθημερινού χρόνου απαιτεί προσωπικό προγραμματισμό και φροντίδα. Η συστηματική πρόβλεψη ενός χρονικού διαστήματος μελέτης, καθημερινά, καθώς και η τήρηση ενός ημερολογίου μάθησης όπου οι εκπαιδευόμενοι/-ες θα καταγράφουν την καθημερινή τους πρόοδο, αλλά ενδεχομένως θα σημειώνουν και ερωτήματα ή παρατηρήσεις σχετικές με την κάθε μαθησιακή ενότητα, μπορούν να αποτελέσουν χρήσιμες και πολύ δημιουργικές πρακτικές ενίσχυσης των διαδικασιών μάθησης.

Η φοίτηση στο Ινστιτούτο Επαγγελματικής Κατάρτισης είναι περίοδος διαμόρφωσης μιας μελλοντικής επαγγελματικής ταυτότητας. Είναι η αρχή μιας νέας προσωπικής ιστορίας και μιας διαρκούς εξέλιξης μπροστά σε απαιτήσεις και αναγκαιότητες που χαρακτηρίζουν την κάθε επαγγελματική ειδικότητα. Είναι η ευκαιρία διασύνδεσης του/της κάθε εκπαιδευομένου/-ης με τις γνώσεις, τις δεξιότητες και τις στάσεις που είναι κοινές στην επαγγελματική κοινότητα στην οποία σταδιακά θα ενταχθεί.

4 | Υγεία και ασφάλεια κατά τη διάρκεια της κατάρτισης

Για την προστασία των καταρτιζομένων, τόσο στην αίθουσα διδασκαλίας και στους εργαστηριακούς χώρους στο ΙΕΚ όσο και στις επιχειρήσεις που επισκέπτονται για την υλοποίηση της πρακτικής άσκησης/μαθητείας, τηρούνται όλες οι προβλεπόμενες διατάξεις για τους κανόνες υγείας και ασφάλειας στην ειδικότητα και το επάγγελμα αλλά και ευρύτερα όπως προβλέπονται ιδίως από:

- Τον κώδικα νόμων για την υγεία και την ασφάλεια των εργαζομένων (βλ. Ν. 3850/2010), όπως ισχύει.
- Τις διατάξεις του κτιριοδομικού κανονισμού (βλ. 3046/304/89-ΦΕΚ 59/Δ/3-02-89), όπως ισχύει.
- Τον κανονισμό λειτουργίας των εργαστηριακών κέντρων (ΦΕΚ 1318 Β΄/2015), όπως ισχύει.
- Το ΦΕΚ 3938/Β/26-8-2021, κοινή Υπουργική Απόφαση υπ’ αριθμ. Κ5/97484 με θέμα την «Πρακτική άσκηση σπουδαστών Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης αρμοδιότητας Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων», όπως ισχύει.
- Το ΦΕΚ 4146/Β/9-9-2021, κοινή Υπουργική Απόφαση υπ’ αριθμ. ΦΒ7/108652/Κ3, με θέμα το «Πλαίσιο Ποιότητας Μαθητείας», όπως ισχύει.
- Το ΦΕΚ 2161/Β/23-06-2017 Υπουργική Απόφαση υπ’ αριθμ Υ1γ/Γ.Π/οικ. 47829 με θέμα «Υγειονομικοί όροι και προϋποθέσεις λειτουργίας επιχειρήσεων τροφίμων - ποτών και άλλες διατάξεις» όπως ισχύει.

Στη συνέχεια, παρατίθενται οι βασικοί κανόνες υγείας και ασφάλειας, καθώς και ο σχετικός αναγκαίος ατομικός εξοπλισμός για τις συνθήκες άσκησης της ειδικότητας.

4.1 • Βασικοί κανόνες υγείας και ασφάλειας

Οι βασικοί κανόνες υγείας και ασφάλειας θα πρέπει να ακολουθούν τις σχετικές εθνικές και ευρωπαϊκές διατάξεις, με γνώμονα την προστασία της ανθρώπινης ζωής. Οι κανόνες αυτοί καθορίζουν το πλαίσιο μέσα στο οποίο χρησιμοποιούνται οι εξωτερικοί και εσωτερικοί χώροι των κτιρίων των εργασιακών χώρων, και τους τρόπους με τους οποίους εκτελούνται οι διάφορες εργασίες. Στόχος είναι η πρόληψη των κινδύνων που υπάρχουν σε κάθε δραστηριότητα και κάθε χώρο και οι οποίοι ευθύνονται για την πρόκληση ατυχημάτων και ασθενειών.⁶

Στο πλαίσιο αυτό, οφείλουν να λαμβάνονται τα αναγκαία μέτρα για την προστασία της υγείας και της ασφάλειας, συμπεριλαμβανομένων των δραστηριοτήτων πρόληψης, ενημέρωσης και κατάρτισης, καθώς και για τη δημιουργία της απαραίτητης οργάνωσης και της παροχής των αναγκαίων μέσων.

4.2 • Μέσα ατομικής προστασίας

Ο αναγκαίος ατομικός εξοπλισμός για την υγεία και την ασφάλεια των εκπαιδευόμενων, κατά τη διενέργεια των προβλεπόμενων ανά εξάμηνο εργαστηριακών μαθημάτων, θα πρέπει να λαμβάνει υπόψη τις σχετικές εθνικές και ευρωπαϊκές διατάξεις, με γνώμονα την προστασία της ανθρώπινης ζωής.

Εξοπλισμός (ή μέσα) ατομικής προστασίας νοείται κάθε εξοπλισμός τον οποίο ο/η εκπαιδευόμενος/-η πρέπει να φορά ή να φέρει κατά τη διεξαγωγή των εργαστηριακών μαθημάτων για να προστατεύεται από έναν ή περισσότερους κινδύνους, καθώς και κάθε συμπλήρωμα ή εξάρτημα του εξοπλισμού που εξυπηρετεί αυτόν τον σκοπό.

Στο πλαίσιο αυτό, ενδεικτικά αναφέρονται:

- Επαγγελματική στολή μάγειρα,
- Ειδικά αντιολισθητικά και προστατευτικά υποδήματα,
- Σκούφος εργασίας,
- Ατομικά εργαλεία,
- Ειδική θήκη φύλαξης ατομικών εργαλείων,
- Ατομικό σετ από μαχαιροπίρουνα για γευστική δοκιμή.

6 Πηγή: <https://ypergasias.gov.gr/ergasiakes-scheseis/ygeia-kai-asfaleia-stin-ergasia>.



Προδιαγραφές υλοποίησης της πρακτικής άσκησης

1 | Ο θεσμός της πρακτικής άσκησης

Η πρακτική άσκηση συνδέεται άρρηκτα με τη θεωρητική κατάρτιση, αφού, κατά τη διάρκειά της, οι πρακτικά ασκούμενοι/-ες ανακαλούν τη θεωρητική και εργαστηριακή γνώση για να την εφαρμόσουν στην πράξη και να αντεπεξέλθουν στις εργασίες που τους ανατίθενται. Καλούνται να αναλάβουν συγκεκριμένα καθήκοντα και να δώσουν λύση σε πρακτικά προβλήματα που ανακύπτουν, υπό την εποπτεία των εκπαιδευτών/-τριών. Έτσι, ο θεσμός της πρακτικής άσκησης στοχεύει στην ανάπτυξη επαγγελματικών ικανοτήτων/δεξιοτήτων σχετικών με την ειδικότητα, στην ενίσχυση της επαφής με τον εργασιακό χώρο και την προετοιμασία των εκπαιδευομένων για την παραγωγική διαδικασία, μέσω της απόκτησης εμπειριών ιδιαίτερα χρήσιμων για τη μετέπειτα επαγγελματική τους πορεία.

Αναλυτικότερα, η πρακτική άσκηση είναι υποχρεωτική για τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες των Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης (IEK) και θεωρείται απαραίτητη προϋπόθεση για την απόκτηση Βεβαίωσης Επαγγελματικής Κατάρτισης (Άρθρο 27 του Ν. 4763/2020 για το Εθνικό Σύστημα Επαγγελματικής Εκπαίδευσης, Κατάρτισης και Διά Βίου Μάθησης).

Στη συνέχεια, αναφέρονται χρήσιμες πληροφορίες για τον θεσμό της πρακτικής άσκησης, όπως περιγράφονται στη σχετική νομοθεσία⁷, και οι οποίες αφορούν τις βασικές προϋποθέσεις, τον τρόπο και τους όρους υλοποίησής της.

Διάρκεια πρακτικής άσκησης

Η συνολική διάρκεια της περιόδου πρακτικής άσκησης είναι εννιακόσιες εξήντα (960) ώρες. Οι ώρες πρακτικής ανά ημέρα καθορίζονται σε τέσσερις (4) έως οκτώ (8), ανάλογα με τη φύση και το αντικείμενο της ειδικότητας κατάρτισης του/της ασκούμενου/-ης. Δεν επιτρέπεται η υπέρβαση του ημερήσιου ωραρίου πέραν των ωρών που ορίζονται στην ειδική σύμβαση πρακτικής άσκησης.

Όροι υλοποίησης πρακτικής άσκησης

Η πρακτική άσκηση δύναται να πραγματοποιείται σε θέσεις που προσφέρονται από φυσικά πρόσωπα, ΝΠΔΔ, ΝΠΙΔ, δημόσιες υπηρεσίες, ΟΤΑ α' και β' βαθμού και επιχειρήσεις. Εξαιρούνται οι φορείς:

- α) Προσωρινής απασχόλησης
- β) Τα νυχτερινά κέντρα
- γ) Παροχής καθαριότητας και φύλαξης

⁷ Οι πληροφορίες που περιλαμβάνονται στο Μέρος Δ' του εκπαιδευτικού εγχειριδίου και που αφορούν τη διάρκεια της πρακτικής άσκησης, τους όρους υλοποίησης, τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις των πρακτικά ασκούμενων προέρχονται από το ΦΕΚ 3938/Β/26-8-2021. Κοινή Υπουργική Απόφαση υπ' αριθμ. Κ5/97484. Πρακτική άσκηση σπουδαστών Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης αρμοδιότητας Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων.

- δ) Τα πρακτορεία τυχερών παιχνιδιών
- ε) Κάθε επιχείρηση στην οποία δεν είναι εφικτός ο έλεγχος της εκπαίδευσης από τον αρμόδιο φορέα.

Ο/Η εκπαιδευόμενος/-η ΙΕΚ, προκειμένου να πραγματοποιήσει πρακτική άσκηση, υπογράφει ειδική σύμβαση πρακτικής άσκησης με τον/την εργοδότη/-τρια, η οποία θεωρείται από το ΙΕΚ φοίτησης. Η ειδική σύμβαση πρακτικής άσκησης δεν συνιστά σύμβαση εξαρτημένης εργασίας.

Βασικός συντελεστής για την επιτυχή υλοποίηση της πρακτικής άσκησης είναι και ο/η εκπαιδευτής/-τρια της επιχείρησης ή υπηρεσίας, ο/η οποίος/-α αναλαμβάνει την παρακολούθηση και υποστήριξη των ασκουμένων. Σε αυτή την κατεύθυνση, ο/η εργοδότης/-τρια ορίζει έμπειρο στέλεχος συναφούς επαγγελματικής ειδικότητας με τον/την πρακτικά ασκούμενο/-η ως «εκπαιδευτή/-τρια στον χώρο εργασίας», ο/η οποίος/-α αναλαμβάνει την αποτελεσματική υλοποίηση των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων στον χώρο εργασίας και την παρακολούθηση της προόδου του/της πρακτικά ασκουμένου/-ης.

Η παρακολούθηση της προόδου του/της πρακτικά ασκουμένου/-ης γίνεται μέσω του βιβλίου πρακτικής άσκησης. Αναλυτικότερα, σε αυτό καταγράφει ο/η πρακτικά ασκούμενος/-η ανά εβδομάδα τις εργασίες με τις οποίες ασχολήθηκε και περιγράφει συνοπτικά τα καθήκοντα που του/της ανατέθηκαν στον χώρο πραγματοποίησης της πρακτικής άσκησης. Κάθε εβδομαδιαία καταχώρηση ελέγχεται και υπογράφεται από τον/την εκπαιδευτή/-τρια στον χώρο εργασίας.

2 | Οδηγίες για τον/την πρακτικά ασκούμενο/-η

2.1 • Προϋποθέσεις εγγραφής στο πρόγραμμα πρακτικής άσκησης

Η πρακτική άσκηση είναι υποχρεωτική για τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες των Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης και θεωρείται απαραίτητη προϋπόθεση για την απόκτηση Βεβαίωσης Επαγγελματικής Κατάρτισης.

Για την έναρξη της πρακτικής άσκησης στην ειδικότητα «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)», οι εκπαιδευόμενοι/-ες πρέπει να έχουν συμπληρώσει το εξάμηνο Β΄ της φοίτησής τους στα ΙΕΚ. Στην περίπτωση αυτήν, μπορούν πια να τοποθετηθούν σε θέση πρακτικής της ειδικότητάς τους.

2.2 • Δικαιώματα και υποχρεώσεις του/της πρακτικά ασκουμένου/-ης

Βασική προϋπόθεση για την επιτυχή υλοποίηση ενός προγράμματος πρακτικής άσκησης είναι η γνώση και η εφαρμογή των δικαιωμάτων και των υποχρεώσεων κάθε εμπλεκόμενου μέλους όπως ορίζονται στην εκάστοτε ισχύουσα νομοθεσία⁸. Στη συνέχεια, παρατίθενται κάποια δικαιώματα και υποχρεώσεις των πρακτικά ασκουμένων.

Δικαιώματα πρακτικά ασκουμένων

1. Τμηματική ή συνεχόμενη υλοποίηση της πρακτικής άσκησης.
2. Δυνατότητα αποζημίωσης, η οποία ορίζεται στο 80% του νόμιμου, νομοθετημένου, κατώτατου ορίου του ημερομισθίου του ανειδίκευτου εργάτη, ή όπως αυτό διαμορφώνεται από το Υπουργείο Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων ή αναλογικά, εάν η ημερήσια διάρκεια της πρακτικής είναι μικρότερη των οκτώ (8) ωρών. Η αποζημίωση καταβάλλεται στον/στην πρακτικά ασκούμενο/-η μετά την ολοκλήρωση της πρακτικής άσκησης. Σε περίπτωση μη δυνατότητας χρηματοδότησης της αποζημίωσης της πρακτικής άσκησης, δεν υφίσταται η υποχρέωση αποζημίωσής της, παρά μόνο η υποχρέωση του/της εργοδότη/-τριας να αποδίδει τις προβλεπόμενες ασφαλιστικές εισφορές.
3. Υπαγωγή στην ασφάλιση του e-ΕΦΚΑ (πρώην ΙΚΑ-ΕΤΑΜ) για τον κλάδο του ατυχήματος. Για την ασφάλισή του/της καταβάλλονται οι προβλεπόμενες από την

8 ΦΕΚ 3938/Β/26-8-2021. Κοινή Υπουργική Απόφαση υπ' αριθμ. Κ5/97484. *Πρακτική άσκηση σπουδαστών Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης αρμοδιότητας Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων.*

παρ. 1 του άρθρου 10 του Ν. 2217/1994 (Α' 83) ασφαλιστικές εισφορές, οι οποίες βαρύνουν το φυσικό ή νομικό πρόσωπο (εργοδότη/-τρια) στο οποίο υλοποιείται η πρακτική άσκηση.

4. Δικαίωμα αναφοράς στη ΣΑΕΚ σε περίπτωση μη τήρησης των όρων πρακτικής άσκησης.
5. Δικαίωμα διακοπής πρακτικής άσκησης βάσει τεκμηρίωσης και έπειτα από σχετική δήλωση στη ΣΑΕΚ εποπτείας.
6. Αλλαγή εργοδότη/-τριας, εφόσον συντρέχει τεκμηριωμένος σοβαρότατος λόγος.
7. Οι πρακτικά ασκούμενοι/-ες δεν απασχολούνται την Κυριακή και τις επίσημες αργίες.

Υποχρεώσεις πρακτικά ασκουμένων

1. Τήρηση του ημερήσιου ωραρίου πρακτικής άσκησης, όπως ορίζεται στην ειδική σύμβαση.
2. Τήρηση των όρων υγείας και ασφάλειας του/της εργοδότη/-τριας.
3. Σεβασμός της κινητής και ακίνητης περιουσίας του/της εργοδότη/-τριας.
4. Αρμονική συνεργασία με τα στελέχη του/της εργοδότη/-τριας.
5. Προσκόμιση –όπου απαιτείται– όλων των απαραίτητων ιατρικών βεβαιώσεων για την εξάσκηση του επαγγέλματος.
6. Προσκόμιση στη ΣΑΕΚ των απαραίτητων δικαιολογητικών, πριν από την έναρξη και μετά τη λήξη της πρακτικής άσκησης, αλλά και σε περίπτωση διακοπής της.
7. Ενημέρωση σε περίπτωση απουσίας του/της ασκουμένου/-ης της επιχείρησης και της ΣΑΕΚ εποπτείας.
8. Τήρηση βιβλίου πρακτικής άσκησης, το οποίο διατίθεται από τη ΣΑΕΚ και στο οποίο αναγράφονται από τους/τις ασκούμενους/-ες ανά εβδομάδα οι εργασίες με τις οποίες ασχολήθηκαν και τα καθήκοντα που τους ανατέθηκαν στον χώρο πραγματοποίησης της πρακτικής άσκησης.
9. Προσκόμιση στο τέλος κάθε μήνα στη ΣΑΕΚ φοίτησης ή εποπτείας της πρακτικής άσκησης του βιβλίου πρακτικής άσκησης για έλεγχο.
10. Υποβολή μετά την ολοκλήρωση της πρακτικής άσκησης του βιβλίου πρακτικής άσκησης στη ΣΑΕΚ φοίτησης, συμπληρωμένου με τις εβδομαδιαίες εκθέσεις, τον χρόνο και το αντικείμενο απασχόλησης, τις ημέρες απουσίας και την επίδοση του/της πρακτικά ασκουμένου/-ης. Υποβολή του εντύπου λήξης (Βεβαίωση Παρουσίας) της πρακτικής άσκησης, συμπληρωμένου, υπογεγραμμένου και σφραγισμένου από τον/την εργοδότη/-τρια-νόμιμο/-η εκπρόσωπο του φορέα απασχόλησης, στο οποίο βεβαιώνεται ότι ο/η εκπαιδευόμενος/-η πραγματοποίησε την πρακτική άσκηση στην επιχείρηση/οργανισμό, καθώς και το χρονικό διάστημα αυτής.
11. Άμεση ενημέρωση της ΣΑΕΚ φοίτησης από τον/την πρακτικά ασκούμενο/-η σε περίπτωση διακοπής της πρακτικής άσκησης και προσκόμιση του βιβλίου πρακτικής και του εντύπου της λήξης (Βεβαίωση Παρουσίας) με τις ημέρες πρακτικής

άσκησης που έχουν πραγματοποιηθεί. Για να συνεχίσει ο/η εκπαιδευόμενος/-η την πρακτική άσκηση, για το υπόλοιπο του προβλεπόμενου διαστήματος, στον ίδιο ή σε άλλο φορέα απασχόλησης (εργοδότη/-τρια), θα πρέπει να ακολουθηθεί εκ νέου η διαδικασία έναρξης πρακτικής. Αν η διακοπή της πρακτικής άσκησης γίνει από τον/την εργοδότη/-τρια, τότε οφείλει ο/η τελευταίος/-α να ενημερώσει άμεσα τη ΣΑΕΚ φοίτησης του/της πρακτικά ασκουμένου/-ης.

2.3 • Φορείς υλοποίησης πρακτικής άσκησης

Κάθε πρακτικά ασκούμενος/-η πραγματοποιεί την πρακτική άσκηση σε τμήματα των φορέων απασχόλησης αντίστοιχα με την ειδικότητά του/της, με την εποπτεία υπευθύνου/-ης του φορέα, ειδικότητας αντίστοιχης με το αντικείμενο κατάρτισής του/της.

Ειδικότερα, στην ειδικότητα «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)» οι εκπαιδευόμενοι/-ες πραγματοποιούν πρακτική άσκηση σε τομείς που σχετίζονται με:

- Τουριστικές επιχειρήσεις και επιχειρήσεις φιλοξενίας, όπως κύρια και μη κύρια ξενοδοχειακά καταλύματα, που διαθέτουν χώρους παραγωγής φαγητού· σε θέσεις εργασίας ως βοηθοί μάγειρες/-ισσες,
- Επισιτιστικές επιχειρήσεις (εστιατόρια, ταβέρνες, ταχυφαγεία κτλ.)· σε θέσεις εργασίας ως βοηθοί μάγειρες/-ισσες,
- Βιομηχανικές μονάδες που διαθέτουν χώρους παραγωγής φαγητού· σε θέσεις εργασίας ως βοηθοί μάγειρες/-ισσες,
- Εμπορικά καταστήματα που διαθέτουν χώρους παραγωγής φαγητού· σε θέσεις εργασίας ως βοηθοί μάγειρες/-ισσες,
- Ιδρύματα και κοινωφελείς οργανισμούς (νοσοκομεία, οίκους ευγηρίας, βρεφονηπιακούς σταθμούς, οικοτροφεία, συσσίτια δήμων, συσσίτια εκκλησιών, συσσίτια ΜΚΟ κ.λπ.) που διαθέτουν χώρους παραγωγής φαγητού· σε θέσεις εργασίας ως βοηθοί μάγειρες/-ισσες,
- Μονάδες των ενόπλων δυνάμεων και των Σωμάτων Ασφαλείας που διαθέτουν χώρους παραγωγής φαγητού· σε θέσεις εργασίας ως βοηθοί μάγειρες/-ισσες,
- Μεταφορικά μέσα (τρένα, κρουαζιερόπλοια, πλοία ακτοπλοΐας, θαλαμηγούς, σκάφη αναψυχής κ.λπ.) που διαθέτουν χώρους παραγωγής φαγητού· σε θέσεις εργασίας ως βοηθοί μάγειρες/-ισσες,
- Εκπαιδευτικούς οργανισμούς που διαθέτουν χώρους παραγωγής φαγητού ή χώρους εργαστηριακών μαθημάτων μαγειρικής· σε θέσεις εργασίας ως βοηθοί μάγειρες/-ισσες ή βοηθοί εκπαιδευτή/-τριας εργαστηριακών μαθημάτων,
- Επιχειρήσεις παροχής υπηρεσιών συστηματοποιημένου επισιτισμού (catering) που διαθέτουν χώρους παραγωγής φαγητού· σε θέσεις εργασίας ως βοηθοί μάγειρες/-ισσες.

3 | Οδηγίες για τους/τις εργοδότες/-τριες που προσφέρουν θέση πρακτικής άσκησης

Οι εργοδότες/-τριες που προσφέρουν θέση πρακτικής άσκησης πρέπει να πληρούν ορισμένες προϋποθέσεις και να λαμβάνουν υπόψη τους κάποια δεδομένα, με γνώμονα τη διασφάλιση της ποιότητας της πρακτικής άσκησης αλλά και τη διευκόλυνση του εκπαιδευτικού έργου. Ενδεικτικά, αναφέρονται τα παρακάτω⁹:

- Παροχή άρτιων συνθηκών εκπαίδευσης στον χώρο εργασίας, διάθεση κατάλληλων εγκαταστάσεων, μέσων και εξοπλισμού, ορισμός υπευθύνου/-ης εκπαιδευτή/-τριας για τους/τις εκπαιδευόμενους/-ες.
- Τήρηση συνθηκών υγείας και ασφάλειας εργαζομένων και παροχή όλων των απαραίτητων ατομικών μέσων προστασίας κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσης.
- Ενημέρωση των πρακτικά ασκουμένων για τις δραστηριότητες, τα αντικείμενα και τους τομείς της εργασίας, και διευκόλυνση της ομαλής ένταξής τους στο εργασιακό περιβάλλον.
- Συμβολή στην απόκτηση προσωπικών δεξιοτήτων και τη διαμόρφωση εργασιακής κουλτούρας των πρακτικά ασκουμένων.
- Τήρηση των όρων της σύμβασης πρακτικής άσκησης και στόχευση στα μαθησιακά αποτελέσματα της πρακτικής άσκησης, όπως αυτά ορίζονται στον οδηγό κατάρτισης της ειδικότητας.
- Απαγόρευση υπέρβασης του ημερήσιου ωραρίου πέραν των ωρών που ορίζονται στην ειδική σύμβαση πρακτικής άσκησης.
- Απαγόρευση πραγματοποίησης της πρακτικής άσκησης νυχτερινές ώρες (22:00-06:00), την Κυριακή και στις επίσημες αργίες. Οι εκπαιδευόμενοι/-ες της ειδικότητας «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)» δύναται να εξαιρεθούν από τη συγκεκριμένη απαγόρευση, ύστερα από σχετική αίτηση, λόγω ιδιαιτεροτήτων στις ημέρες και ώρες λειτουργίας των επιχειρήσεων του κλάδου.
- Συμπλήρωση και καταχώριση του ειδικού εντύπου «Ε3.5. Αναγγελία έναρξης/μεταβολών πρακτικής άσκησης» σύμφωνα με τις ισχύουσες διατάξεις του αρμόδιου Υπουργείου, την έναρξη της πρακτικής άσκησης και τη λήξη της για κάθε πρακτικά ασκούμενο/-η. Οι εργοδότες/-τριες του δημοσίου υποχρεούνται, επιπλέον, να καταχωρίζουν το απογραφικό δελτίο κάθε πρακτικά ασκούμενου/-ης στο Μητρώο Μισθοδοτούμενων Ελληνικού Δημοσίου, σύμφωνα με τις ισχύουσες διατάξεις. Τα ανωτέρω έγγραφα τηρούνται στο αρχείο του/της εργοδότη/-τριας, ώστε να είναι διαθέσιμα σε περίπτωση ελέγχου.

9 Σχετικά με τις υποχρεώσεις των εργοδοτών/-τριών κατά τη διάρκεια της πρακτικής άσκησης, βλ. ΦΕΚ 3938/Β'/26-8-2021. Κοινή Υπουργική Απόφαση υπ' αριθμ. Κ5/97484. Πρακτική άσκηση σπουδαστών Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης αρμοδιότητας Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων.

- Ο ανώτατος αριθμός πρακτικά ασκουμένων ανά εργοδότη/-τρια εξαρτάται από τον αριθμό των εργαζομένων, όπως αυτός παρουσιάζεται στην ετήσια κατάσταση προσωπικού προς την Επιθεώρηση Εργασίας. Ειδικότερα:

α) Οι ατομικές επιχειρήσεις, χωρίς κανέναν/καμία εργαζόμενο/-η μπορούν να δέχονται έναν/μία (1) πρακτικά ασκούμενο/-η,

β) Οι εργοδότες/-τριες που απασχολούν 1-10 άτομα μπορούν να προσφέρουν θέσεις πρακτικής άσκησης που αντιστοιχούν στο 25% (1-2 άτομα) των εργαζομένων εξαρτημένης εργασίας. Ειδικότερα για εργοδότες/-τριες που απασχολούν 1-5 άτομα, το αποτέλεσμα της ποσόστωσης στρογγυλοποιείται προς τα κάτω, ενώ για εργοδότες/-τριες που απασχολούν από 6-10 άτομα τα αποτελέσματα της ποσόστωσης στρογγυλοποιούνται προς τα πάνω,

γ) Οι εργοδότες/-τριες που απασχολούν από 10 και περισσότερους εργαζόμενους/-ες μπορούν να δέχονται πρακτικά ασκούμενους/-ες που αντιστοιχούν στο 17% των εργαζομένων εξαρτημένης εργασίας, με ανώτατο όριο τα 40 άτομα σε κάθε περίπτωση,

δ) Οι εργοδότες/-τριες που απασχολούν περισσότερους από 250 εργαζόμενους/-ες μπορούν να δέχονται πρακτικά ασκούμενους που αντιστοιχούν στο 17% των εργαζομένων εξαρτημένης εργασίας ανά υποκατάστημα, με ανώτατο όριο τα 40 άτομα σε κάθε περίπτωση, αν ο αριθμός που προκύπτει από την ποσόστωση είναι μεγαλύτερος. Τα νομικά πρόσωπα δημοσίου δικαίου τα οποία δεν διαθέτουν υποκαταστήματα μπορούν να δέχονται πρακτικά ασκούμενους/-ες που αντιστοιχούν στο 17% των υπαλλήλων τους.

Σε περίπτωση που ο/η εργοδότης/-τρια παρέχει παράλληλα θέσεις μαθητείας ή πρακτικής άσκησης άλλων εκπαιδευτικών βαθμίδων, τα ανωτέρω ποσοστά λειτουργούν σωρευτικά.

4 | Ο ρόλος του/της εκπαιδευτή/-τριας της πρακτικής άσκησης

Ο/Η εργοδότης/-τρια της επιχείρησης που προσφέρει θέση πρακτικής άσκησης ορίζει ένα έμπειρο στέλεχος συναφούς επαγγελματικής ειδικότητας με τον/την πρακτικά ασκούμενο/-η ως «εκπαιδευτή/-τρια στον χώρο εργασίας», ο/η οποίος/-α αναλαμβάνει την αποτελεσματική υλοποίηση των εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων στον χώρο εργασίας, την παρακολούθηση της προόδου των εκπαιδευομένων και την ανατροφοδότηση των υπεύθυνων εκπαιδευτών/-τριών στην εκπαιδευτική δομή.

Αναλυτικότερα, ο/η εκπαιδευτής/-τρια είναι το συνδετικό πρόσωπο του/της εργοδότη/-τριας της επιχείρησης με την εκπαιδευτική δομή (ΙΕΚ) και, κατά συνέπεια, έχει συνεχή συνεργασία με αυτήν. Επιπλέον, ο ρόλος αφορά την παροχή συμβουλών, πληροφοριών ή καθοδήγησης, καθώς πρόκειται για ένα άτομο με χρήσιμη εμπειρία, δεξιότητες και εξειδίκευση, το οποίο υποστηρίζει την προσωπική και επαγγελματική ανάπτυξη των πρακτικά ασκούμενων.

5 | Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα της πρακτικής άσκησης

Κατά τη διάρκεια της πρακτικής άσκησης, επιδιώκεται η αναβάθμιση των γνώσεων, των επαγγελματικών δεξιοτήτων και των ικανοτήτων των σπουδαστών/-τριών ΙΕΚ, με αποτέλεσμα την ομαλή μετάβασή τους από την αίθουσα κατάρτισης στον χώρο εργασίας, και μάλιστα υπό πραγματικές εργασιακές συνθήκες. Στο πλαίσιο αυτής της μετάβασης και της ομαλής ένταξης, οι πρακτικά ασκούμενοι/-ες καλούνται να καλλιεργήσουν όχι μόνο επαγγελματικές δεξιότητες που αφορούν την ειδικότητα και οι οποίες δεν εξαντλούνται στο πλαίσιο της αίθουσας κατάρτισης, αλλά και οριζόντιες δεξιότητες που ενισχύουν την επαγγελματική τους συμπεριφορά και καλλιεργούν την περιβαλλοντική αλλά και επιχειρηματική κουλτούρα. Έτσι, η πρακτική άσκηση αποτελεί ένα προπαρασκευαστικό στάδιο, κατά το οποίο αναβαθμίζονται οι γενικές και ειδικές γνώσεις, συντελούνται σημαντικές διεργασίες επαγγελματικού προσανατολισμού και διευκολύνεται η επαγγελματική ανάπτυξη του ατόμου.

Αναλυτικότερα, κατά τη διάρκεια της πρακτικής άσκησης, παρέχεται η δυνατότητα στον/στην πρακτικά ασκούμενο/-η να ασκηθεί στις εργασίες που απορρέουν από τα επιμέρους μαθησιακά αποτελέσματα του προγράμματος κατάρτισης στην ειδικότητα. Η άσκηση μπορεί να επιτευχθεί μέσω της παρατήρησης της εργασίας, της συμμετοχής σε ομάδα εκτέλεσης της εργασίας, της καθοδηγούμενης εργασίας ή της δοκιμής/αυτόνομης εκτέλεσης της εργασίας από τον/την πρακτικά ασκούμενο/-η.

Στον πίνακα που ακολουθεί, αποτυπώνονται οι ενότητες προσδοκώμενων μαθησιακών αποτελεσμάτων της πρακτικής άσκησης για την ειδικότητα «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας/-ισσα (Chef)» και οι αντίστοιχες ενδεικτικές εργασίες και ειδικές προδιαγραφές ανά ενότητα κατά τη διάρκεια της πρακτικής άσκησης. Επισημαίνεται ότι οι εν λόγω εργασίες μπορούν να χρησιμοποιηθούν από τους/τις πρακτικά ασκούμενους/-ες για τη συμπλήρωση του βιβλίου πρακτικής άσκησης.

**Πίνακας 3 /// Ενότητες προσδοκώμενων μαθησιακών αποτελεσμάτων
πρακτικής άσκησης**

ΕΝΟΤΗΤΕΣ ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ		
ΕΝΟΤΗΤΕΣ ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ	ΕΙΔΙΚΕΣ ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ
A. «Προμήθεια, ποιοτικός έλεγχος, συντήρηση και αποθήκευση πρώτων υλών εδεσμάτων»	• Έλεγχος της επάρκειας των κατάλληλων πρώτων υλών για την παρασκευή των εδεσμάτων, σε συνεργασία με τον/την υπεύθυνο/-η τροφοδοσίας και τον ιδιοκτήτη/-τρια ή διευθυντή/-τρια της επισιτιστικής μονάδας, • Οργάνωση της προμήθειας των απαραίτητων σε ποσότητα και των κατάλληλων σε ποιότητα πρώτων υλών, • Παραγγελία των πρώτων υλών στους προμηθευτές, προγραμματίζοντας βάσει ενδεδειγμένων κριτηρίων το χρονικό διάστημα παραλαβής τους, • Παραλαβή των πρώτων υλών και έλεγχος της ποιότητας και της ποσότητάς τους σύμφωνα με τις παραγγελίες, • Επιμέλεια της ασφαλούς αποθήκευσης των πρώτων υλών σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας.	• Εξοπλισμός επαγγελματικής κουζίνας.
B. «Σύνθεση και παρουσίαση εδεσματολογίου (μενού)» συνέχεια >>	• Σύνταξη του εδεσματολογίου (μενού) της επισιτιστικής μονάδας, σε συνεργασία με τον/την εστιάρχο (maitre), τον/τη Food & Beverage Manager και τον/την ιδιοκτήτη/-τρια ή τον/τη διευθυντή/-τρια της, • Επιμέλεια του καταλόγου παρουσίασης (κάρτας) του εδεσματολογίου (μενού), σε συνεργασία με τον/την εστιάρχο (maitre) και τον/τη τον/τη Food & Beverage Manager, • Επιλογή του τρόπου παρασκευής των εδεσμάτων του μενού, ελέγχοντας τις συνταγές και εκτελώντας απαραίτητες δοκιμές, • Υπολογισμός των κατάλληλων ποσοτήτων πρώτων υλών για την παρασκευή των εδεσμάτων με βάση τις συνταγές, τις κρατήσεις της ημέρας και άλλα κριτήρια σχετικά με τη διαμόρφωση της κίνησης της ημέρας,	• Εξοπλισμός επαγγελματικής κουζίνας.

συνέχεια >>

**Πίνακας 3 /// Ενότητες προσδοκώμενων μαθησιακών αποτελεσμάτων
πρακτικής άσκησης**

ΕΝΟΤΗΤΕΣ ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ		
ΕΝΟΤΗΤΕΣ ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ	ΕΙΔΙΚΕΣ ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ
« συνέχεια Β. «Σύνθεση και παρουσίαση εδεσματολογίου (μενού)»	• Οργάνωση του χρονοδιαγράμματος εκτέλεσης ενεργειών για την παρασκευή των εδεσμάτων σύμφωνα με την κίνηση της ημέρας και τον χρόνο παραλαβής της παραγγελίας.	• Εξοπλισμός επαγγελματικής κουζίνας.
Γ. «Παρασκευή και παράθεση εδεσμάτων»	• Προετοιμασία και συγκέντρωση των πρώτων υλών για την παρασκευή των εδεσμάτων με βάση τις συνταγές, • Επεξεργασία των πρώτων υλών και παρασκευή των εδεσμάτων σύμφωνα με τις συνταγές, τις τυχόν προτιμήσεις του πελάτη, με τήρηση των κανόνων υγιεινής και ασφάλειας, • Συνεργασία με το υπόλοιπο προσωπικό της κουζίνας και αναλυτική καθοδήγηση των βοηθών του/της για την παρασκευή των εδεσμάτων.	• Εξοπλισμός επαγγελματικής κουζίνας.
Δ. «Διακόσμηση και παρουσίαση εδεσμάτων»	• Οργάνωση της σειράς παράθεσης των εδεσμάτων με σκοπό τη βελτίωση της τελικής εικόνας του μενού και τη μεγιστοποίηση της γαστρονομικής ικανοποίησης του πελάτη, • Παράθεση των εδεσμάτων στα κατάλληλα σκεύη σύμφωνα με τους ενδεδειγμένους κανόνες, • Παράδοση των εδεσμάτων σύμφωνα με ενδεδειγμένες διαδικασίες της μονάδας, • Έλεγχος και επιμέλεια της διακόσμησης και παρουσίασης των εδεσμάτων κατά την παράθεση, • Διασφάλιση της αποθήκευσης των πρώτων υλών που δεν χρησιμοποιήθηκαν σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας, • Φροντίδα της καθαριότητας των σκευών σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας.	• Εξοπλισμός επαγγελματικής κουζίνας.

συνέχεια >>

Πίνακας 3 /// Ενότητες προσδοκώμενων μαθησιακών αποτελεσμάτων πρακτικής άσκησης

ΕΝΟΤΗΤΕΣ ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ		
ΕΝΟΤΗΤΕΣ ΠΡΟΣΔΟΚΩΜΕΝΩΝ ΜΑΘΗΣΙΑΚΩΝ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΩΝ	ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΑΣΚΗΣΗΣ	ΕΙΔΙΚΕΣ ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ
Ε. «Οργάνωση και διοίκηση της κουζίνας»	• Σύνταξη του προγράμματος εργασίας και ανάπαυσης του προσωπικού της κουζίνας, σε συνεργασία με τον/την ιδιοκτήτη/-τρια ή τον/τη διευθυντή/-τρια της επισιτιστικής μονάδας, • Παρουσίαση στο προσωπικό της κουζίνας των τρόπων εκτέλεσης των συνταγών και η σχετική του εκπαίδευση, • Εποπτεία και συντονισμός του προσωπικού της κουζίνας, με τρόπο τέτοιοι ώστε να εκτελούνται σωστά οι οδηγίες, • Καταμερισμός και διανομή των πόστων εργασίας, με την παράλληλη παροχή αναλυτικών οδηγιών για την ορθή εκτέλεση των εργασιών, • Συμμετοχή στην πρόσληψη του προσωπικού της κουζίνας, σε συνεργασία με τον/την υπεύθυνο/-η της επιχείρησης ή/και τον/την υπεύθυνο/-η προσωπικού, • Διασφάλιση της αποθήκευσης των πρώτων υλών που δεν χρησιμοποιήθηκαν σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας, • Φροντίδα για την καθαριότητα των σκευών σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής και ασφάλειας, • Έλεγχος της λειτουργίας των μηχανικών μέσων της κουζίνας και ενημέρωση του/της υπευθύνου/-ης συντήρησης όταν απαιτείται.	• Εξοπλισμός επαγγελματικής κουζίνας.

6 | Αναλυτικό περιεχόμενο προγράμματος πρακτικής άσκησης

6.1.A • ΠΡΟΜΗΘΕΙΑ, ΠΟΙΟΤΙΚΟΣ ΕΛΕΓΧΟΣ, ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ ΕΔΕΣΜΑΤΩΝ

Στην ενότητα «Προμήθεια, ποιοτικός έλεγχος, συντήρηση και αποθήκευση πρώτων υλών εδεσμάτων», οι πρακτικά ασκούμενοι/-ες συμμετέχουν ενεργά σε μια σειρά διαδικασιών που αποτελούν τη βάση για την εύρυθμη λειτουργία μιας επισιτιστικής μονάδας και τη διασφάλιση της ποιότητας των παραγόμενων εδεσμάτων. Η ενότητα αυτή εστιάζεται στην ανάπτυξη δεξιοτήτων που σχετίζονται με την ορθή διαχείριση των πρώτων υλών, από το στάδιο της προμήθειας έως και την αποθήκευσή τους.

Αρχικά, οι ασκούμενοι/-ες συνεργάζονται με τον/την υπεύθυνο/-η της κουζίνας (Chef) για τον έλεγχο των διαθέσιμων αποθεμάτων και την εκτίμηση των αναγκών της επιχείρησης, λαμβάνοντας υπόψη ορισμένους κρίσιμους παράγοντες, όπως είναι η εποχικότητα, η ζήτηση και το είδος του μενού. Στη συνέχεια, συμμετέχουν στη διαδικασία οργάνωσης και υποβολής παραγγελιών προς τους προμηθευτές, επιλέγοντας προϊόντα που πληρούν τα ποιοτικά και ποσοτικά κριτήρια που έχει θέσει η επιχείρηση.

Κατά την παραλαβή των πρώτων υλών, οι πρακτικά ασκούμενοι/-ες διενεργούν ελέγχους που αφορούν την ποσότητα, την ποιότητα, τη φρεσκάδα και την καταλληλότητα των προϊόντων, ελέγχοντας και τα παραστατικά που τις συνοδεύουν. Παράλληλα, εξοικειώνονται με τα βασικά χαρακτηριστικά των τροφίμων και τα κριτήρια αξιολόγησής τους.

Ιδιαίτερη σημασία δίνεται στην ορθή αποθήκευση των πρώτων υλών, σύμφωνα με τους κανόνες Ορθής Υγιεινής Πρακτικής και Ασφάλειας τροφίμων. Οι ασκούμενοι/-ες τοποθετούν τα προϊόντα σε κατάλληλους χώρους, όπως ψυγεία, καταψύξεις και αποθήκες, τηρώντας τις ενδεδειγμένες θερμοκρασίες και συνθήκες συντήρησης. Επιπλέον, εφαρμόζουν συστήματα διαχείρισης αποθεμάτων, όπως είναι η αρχή FIFO, συμβάλλοντας στην αποφυγή αλλοιώσεων και τη μείωση της σπατάλης.

Μέσα από τη συμμετοχή τους σε αυτές τις διαδικασίες, οι ασκούμενοι/-ες αναπτύσσουν υπευθυνότητα, οργανωτικότητα και επαγγελματική ευσυνειδησία, στοιχεία απαραίτητα για την ορθή και αποτελεσματική λειτουργία της κουζίνας.

6.1.B • ΣΥΝΘΕΣΗ ΚΑΙ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΕΔΕΣΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ (ΜΕΝΟΥ)

Στην ενότητα «Σύνθεση και παρουσίαση εδεσματολογίου (μενού)», οι πρακτικά ασκούμενοι/-ες συμμετέχουν ενεργά στη διαδικασία σχεδιασμού και διαμόρφωσης του μενού της επισιτιστικής μονάδας, το οποίο αποτελεί βασικό εργαλείο τόσο για τη λειτουργία της κουζίνας όσο και για την εμπορική επιτυχία της επιχείρησης. Η

συμμετοχή τους πραγματοποιείται σε συνεργασία με τον/τη Chef, τον/την εστιάρχο (maître) και τη διοίκηση, συμβάλλοντας στη δημιουργία ενός ελκυστικού και λειτουργικού δεσματολογίου.

Αρχικά, οι ασκούμενοι/-ες εξοικειώνονται με τις αρχές σύνθεσης ενός ισορροπημένου μενού, λαμβάνοντας υπόψη παράγοντες όπως την εποχικότητα των πρώτων υλών, τη διατροφική αξία των εδεσμάτων, τις κυρίαρχες γαστρονομικές τάσεις και τις προτιμήσεις των πελατών, προσφέροντας επιλογές που καλύπτουν τις διατροφικές τους συνήθειες (vegan, vegetarian, gluten free, lactose free κ.ά.). Συμμετέχουν στη μελέτη και την αξιολόγηση συνταγών, καθώς και σε δοκιμές (test cooking), προκειμένου να διαπιστωθεί η καταλληλότητα και η ποιότητα των προτεινόμενων πιάτων.

Παράλληλα, εμπλέκονται στον υπολογισμό των απαιτούμενων ποσοτήτων πρώτων υλών, με βάση τον αριθμό των κρατήσεων, την αναμενόμενη κίνηση και τη δυναμικότητα της κουζίνας, εφαρμόζοντας πρότυπες συνταγές. Επίσης, συμβάλλουν στον προγραμματισμό των εργασιών, οργανώνοντας το χρονοδιάγραμμα προετοιμασίας και παρασκευής των εδεσμάτων, ώστε να εξασφαλίζεται η ομαλή ροή της παραγωγικής διαδικασίας.

Επιπλέον, συμμετέχουν στη διαμόρφωση της τελικής μορφής του καταλόγου, δίνοντας έμφαση στη σαφήνεια των περιγραφών, στην ορθή ονοματολογία των πιάτων βάσει των γαστρονομικών όρων και στην αισθητική παρουσίαση του μενού. Μέσα από τη διαδικασία αυτή, καλλιεργούν τη δημιουργική σκέψη και τις οργανωτικές δεξιότητές τους, ενώ κατανοούν τη σχέση μεταξύ κουζίνας και πελάτη.

6.1.Γ • ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΚΑΙ ΠΑΡΑΘΕΣΗ ΕΔΕΣΜΑΤΩΝ

Στην ενότητα «Παρασκευή και παράθεση εδεσμάτων», οι πρακτικά ασκούμενοι/-ες αποκτούν ουσιαστική εμπειρία στη βασική λειτουργία της επαγγελματικής κουζίνας, συμμετέχοντας ενεργά στη διαδικασία παρασκευής των εδεσμάτων. Η ενότητα αυτή επικεντρώνεται στην εφαρμογή των διαφόρων μεθόδων και τεχνικών μαγειρικής και στην ανάπτυξη δεξιοτήτων που σχετίζονται με την ακρίβεια, την ταχύτητα και την ποιότητα της εκτέλεσής τους.

Αρχικά, οι ασκούμενοι/-ες συμμετέχουν στην προετοιμασία του χώρου εργασίας (mise en place), δραστηριότητα που αποτελεί θεμελιώδη τεχνική και φιλοσοφία οργάνωσης στην επαγγελματική κουζίνα και η οποία αφορά την προετοιμασία των πρώτων υλών, των σκευών και των εργαλείων πριν από την έναρξη του μαγειρέματος σύμφωνα με τις πρότυπες συνταγές. Η mise en place συμβάλλει στην οργάνωση, την αποδοτικότητα, την προετοιμασία και την καθαριότητα κατά την παρασκευή των εδεσμάτων.

Στη συνέχεια, προχωρούν στην επεξεργασία των υλικών, όπως είναι ο καθαρισμός, ο τεμαχισμός και η προετοιμασία, ακολουθώντας τις οδηγίες του/της υπευθύνου της κουζίνας (Chef).

Κατά τη διαδικασία παρασκευής των εδεσμάτων, εφαρμόζουν συγκεκριμένες τε-

χνικές μαγειρικής, τηρώντας πιστά τις πρότυπες συνταγές και τις προδιαγραφές που έχει θέσει η επιχείρηση. Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην τήρηση των κανόνων υγιεινής και ασφάλειας τροφίμων, καθώς και στην ορθή χρήση του εξοπλισμού, επιλέγοντας το κατάλληλο εργαλείο, σκεύος ή εξοπλισμό ανάλογα με την περίπτωση.

Οι ασκούμενοι/-ες, κατά την εργασία τους μέσα στην κουζίνα, χρησιμοποιούν με τους/-τις συναδέλφους/-ισσές τους τη διεθνή ονοματολογία, δηλαδή την «κοινή γλώσσα» κάθε επαγγελματικής κουζίνας ανά τον κόσμο.

Παράλληλα, συνεργάζονται με το υπόλοιπο προσωπικό της κουζίνας, συμβάλλοντας στη διατήρηση της ομαλής ροής εργασιών και στην έγκαιρη εκτέλεση των παραγγελιών. Η συμμετοχή τους στην παράθεση των εδεσμάτων ενισχύει την κατανόηση της σημασίας της ακρίβειας και της συνέπειας στην εξυπηρέτηση του πελάτη μέσα σε ένα πλαίσιο καλής συνεργασίας και ομαδικότητας.

Μέσα από αυτή τη διαδικασία, οι ασκούμενοι/-ες καλλιεργούν τις τεχνικές δεξιότητές τους, την πειθαρχία και την επαγγελματική στάση, στοιχεία απαραίτητα για την επιτυχή ένταξή τους στον χώρο της εστίασης.

6.1.Δ • ΔΙΑΚΟΣΜΗΣΗ ΚΑΙ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΕΔΕΣΜΑΤΩΝ

Στην ενότητα «Διακόσμηση και παρουσίαση εδεσμάτων», οι πρακτικά ασκούμενοι/-ες επικεντρώνονται στη σημασία της αισθητικής και της τελικής εικόνας των πιάτων που θα φτάσουν στον πελάτη. Έτσι, συμμετέχουν ενεργά στη διαδικασία παρουσίασης των εδεσμάτων, ακολουθώντας τις οδηγίες και τα πρότυπα που έχουν τεθεί από την επισιτιστική μονάδα.

Οι ασκούμενοι/-ες εξοικειώνονται με τεχνικές διακόσμησης και plating, δίνοντας έμφαση στη σωστή τοποθέτηση των τροφίμων, στην αρμονία των χρωμάτων και τη συνολική ισορροπία του πιάτου. Παράλληλα, εφαρμόζουν τεχνικές μοριακής γαστρονομίας, σκαλίσματος πάγου κ.ά., και κατανοούν τη σημασία της συνέπειας στην παρουσίαση, έτσι ώστε κάθε πιάτο να ανταποκρίνεται στα ποιοτικά πρότυπα της επιχείρησης.

Βοηθούν στην οργάνωση της σειράς παράθεσης των εδεσμάτων, εξασφαλίζοντας ότι τα πιάτα έχουν όλα την ίδια ποσότητα και διακόσμηση, και παραδίδονται εγκαίρως και σε άριστη κατάσταση. Επιπλέον, ελέγχουν την ποιότητα πριν από την έξοδο των πιάτων από την κουζίνα και παρεμβαίνουν διορθωτικά (π.χ. σκούπισμα πιάτου) εφόσον αυτό κρίνεται απαραίτητο και τους έχει δοθεί η αρμοδιότητα. Παράλληλα, μεριμνούν για την καθαριότητα των σκευών και του χώρου εργασίας, καθώς και για τη σωστή διαχείριση των υπόλοιπων πρώτων υλών.

Μέσα από αυτή τη διαδικασία και με έμφαση στη λεπτομέρεια και τον επαγγελματισμό, αναπτύσσουν την αισθητική τους αντίληψη. Επιπλέον, στο πλαίσιο της ενότητας αυτής, μαθαίνουν να σκαλίζουν (carving) φρούτα και λαχανικά, ενώ

ταυτόχρονα αξιοποιούν με τον καλύτερο δυνατό τρόπο τις αρχές της κυκλικής οικονομίας και της ορθολογικής διαχείρισης των τροφίμων που έχουν περισσέψει ή αποτελούν παραπροϊόν.

6.1.E • ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΚΑΙ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΥΖΙΝΑΣ

Στην ενότητα «Οργάνωση και διοίκηση της κουζίνας», οι πρακτικά ασκούμενοι/-ες αποκτούν βασικές γνώσεις στη λειτουργία και τη διαχείριση μιας επαγγελματικής κουζίνας. Συμμετέχουν, υπό την καθοδήγηση του/της υπευθύνου/-ης της κουζίνας (Chef), στον προγραμματισμό των καθημερινών εργασιών και στην κατανομή των αρμοδιοτήτων μεταξύ του προσωπικού.

Παρακολουθούν τη λειτουργία της ομάδας (brigade) και συμμετέχουν στον συντονισμό των δραστηριοτήτων, με στόχο την ομαλή και αποτελεσματική λειτουργία της κουζίνας.

Παράλληλα, εξοικειώνονται με διαδικασίες εκπαίδευσης προσωπικού, καθώς και με την παροχή οδηγιών για την ορθή εκτέλεση των συνταγών και την ανάθεση των καθηκόντων. Παρατηρούν την καθοδήγηση που παρέχεται από τους πιο έμπειρους εργαζόμενους προς τους νεότερους και συμμετέχουν στην εποπτεία της εργασίας των βοηθών και στην επίλυση καθημερινών ζητημάτων που προκύπτουν στον χώρο του μαγειρείου.

Επιπλέον, ενημερώνονται για τις διαδικασίες πρόσληψης και αξιολόγησης προσωπικού, καθώς και για τη σημασία της σωστής συνεργασίας και επικοινωνίας μεταξύ των μελών της ομάδας. Συμμετέχουν στον έλεγχο της λειτουργίας του εξοπλισμού και αναφέρουν στους αρμόδιους τυχόν βλάβες που πέφτουν στην αντίληψή τους.

Ιδιαίτερη έμφαση δίνεται στην τήρηση των κανόνων υγιεινής και ασφάλειας, αλλά και στη σωστή διαχείριση των πόρων της επιχείρησης. Μέσω αυτής της ενότητας, οι ασκούμενοι/-ες αναπτύσσουν οργανωτικές, διοικητικές, ακόμη και ηγετικές δεξιότητες, απαραίτητες για την προσωπική και την επαγγελματική τους ανέλιξη.

6.2 • Μεθοδολογία υλοποίησης πρακτικής άσκησης

Για την επιτυχή υλοποίηση της πρακτικής άσκησης, απαιτείται συνέργεια των συστημάτων εκπαίδευσης, κατάρτισης και αγοράς εργασίας, αλλά και συνεργασία του συνόλου του ανθρώπινου δυναμικού που συμμετέχει στη μαθησιακή διαδικασία και το οποίο περιλαμβάνει τον/την εργοδότη/-τρια που προσφέρει θέση πρακτικής άσκησης, τον/την εκπαιδευτή/-τρια στον χώρο εργασίας, τους/τις εργαζόμενους/-ες στην επιχείρηση, καθώς και τον/την εκπαιδευτή/-τρια και τον/την επόπτη/-τρια από την πλευρά της εκπαιδευτικής δομής. Η εν λόγω συνεργασία αποτελεί απαραίτητη προϋπόθεση για την αναβάθμιση της ποιότητας του τρόπου εφαρμογής της πρακτικής

άσκησης και για την πραγμάτωση των μαθησιακών αποτελεσμάτων της ειδικότητας.

Στο πλαίσιο της μάθησης στον χώρο εργασίας, ο/η ασκούμενος/-η έρχεται σε επαφή με πραγματικά εργασιακά περιβάλλοντα, ασκείται σε πραγματικές εργασιακές συνθήκες και συνεργάζεται με επαγγελματίες της ειδικότητας ή άλλων ειδικοτήτων που εργάζονται στην ίδια επιχείρηση. Για τον λόγο αυτόν, η ύπαρξη κουλτούρας μάθησης αποτελεί προαπαιτούμενο για όλα τα εμπλεκόμενα μέρη.

Αναλυτικότερα, κομβικός είναι ο ρόλος του/της εκπαιδευτή/-τριας της επιχείρησης, ο/η οποίος/-α καλείται να λειτουργήσει ως μέντορας, να υποστηρίξει τον/την εκπαιδευόμενο/-η στη διερεύνηση των επαγγελματικών του/της στόχων, να ενθαρρύνει την ανάπτυξη δεξιοτήτων και την απόκτηση νέων εμπειριών, ώστε να εισέλθει στον κόσμο της πραγματικής εργασίας. Επομένως, καλείται να δημιουργήσει ένα περιβάλλον εμπιστοσύνης και ασφάλειας, το οποίο παρέχει στον/στην εκπαιδευόμενο/-η τη δυνατότητα δοκιμής και λάθους μέσω της ενθάρρυνσης της ατομικής πρωτοβουλίας. Απαραίτητα μεθοδολογικά βήματα, από την πλευρά του/της εκπαιδευτή/-τριας της επιχείρησης για την ομαλή ένταξη των εκπαιδευομένων στο εργασιακό περιβάλλον και την προώθηση της συνεργασίας με το υφιστάμενο προσωπικό της επιχείρησης είναι η περιγραφή της θέσης πρακτικής άσκησης, ο προσανατολισμός στο έργο και η εναλλαγή εργασιακών θέσεων.

Ειδικότερα, ως προς την περιγραφή της θέσης πρακτικής άσκησης, ο/η εκπαιδευτής/-τρια καλείται να λάβει υπόψη τη συνοπτική περιγραφή της ειδικότητας και τις αρμοδιότητες/καθήκοντα όπως αποτυπώνονται στον οδηγό κατάρτισης, γεγονός που προϋποθέτει τη συνεργασία με την εκπαιδευτική δομή. Καλείται να τροφοδοτήσει τους/τις ασκούμενους/-ες με τις απαραίτητες πληροφορίες που αφορούν την εκτελούμενη εργασία, τις ευθύνες, τις δεξιότητες και την εκπαίδευση που απαιτείται, τις συνθήκες κάτω από τις οποίες γίνεται η εργασία και τις σχέσεις της με άλλες εργασίες.

Παράλληλα, απαραίτητος κρίνεται και ο προσανατολισμός στο έργο με στόχο να κατανοήσουν οι εκπαιδευόμενοι/-ες το εργασιακό περιβάλλον στο οποίο εντάσσονται, να λάβουν υπόψη τα χαρακτηριστικά και τον τρόπο λειτουργίας της επιχείρησης, να γνωρίσουν το προσωπικό της και να αναπτύξουν το αίσθημα του ανήκειν. Στο πλαίσιο του προσανατολισμού, οι εκπαιδευόμενοι/-ες ενημερώνονται για την ιστορία της επιχείρησης, την πολιτική της, τα προϊόντα ή τις υπηρεσίες, την κτιριακή υποδομή, τη γενική δομή, τους κανόνες συμπεριφοράς, την πολιτική προαγωγών, τα συστήματα αξιολόγησης κ.λπ.

Τέλος, προτείνεται η εναλλαγή των εργασιακών θέσεων (job rotation), κατά την οποία ο/η εκπαιδευόμενος/-η περνάει διαδοχικά από όλες τις συναφείς ή συσχετιζόμενες θέσεις εργασίας, μέχρι να ασκηθεί σε όλο τον κύκλο της εργασίας. Η συγκεκριμένη πρακτική μειώνει τη μονοτονία, την κούραση και, κατά συνέπεια, τα σφάλματα, ενώ αυξάνει την απόδοση και την ικανοποίηση. Ωστόσο, δεν συνιστάται για τις ειδικότητες που απαιτούν υψηλή ειδίκευση και οι οποίες χρειάζονται χρόνο, επομένως ο/η εκπαιδευτής/-τρια πρέπει να λάβει υπόψη του τον περιορισμένο χρόνο (εξάμηνο)

υλοποίησης της πρακτικής άσκησης. Τέλος, θα πρέπει να σημειώσουμε ότι το μικρό μέγεθος της επιχείρησης μπορεί να λειτουργήσει ανασταλτικά στην εφαρμογή της εν λόγω πρακτικής.

Βιβλιογραφία

A | Βιβλιογραφικές αναφορές σχετικές με την ειδικότητα

ΕΛΛΗΝΟΓΛΩΣΣΗ

- Αγγελούσης, Γ. & Schild, E. (2014). *Ζαχαροπλαστική τέχνη για μάγειρες*. Αθήνα: Εκδόσεις Ίων.
- Αλεξιάδης, Α. Δ. (2009). *Μαθήματα ανατομίας και τεμαχισμού για επαγγελματίες chefs* (3η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Le Monde/Les Livres du Tourisme.
- Αναστασιάδου-Λεβή, Β. (1997). *Τετράδιον ζαχαροπλαστικής*. Θεσσαλονίκη: Ιδιωτική έκδοση.
- Αναστόπουλος, Γ., Αβακιάν, Ι. & Κηπουρός, Κ. (2022). *Εγκαταστάσεις και εξοπλισμός επιχειρήσεων εστίασης και φιλοξενίας*. Αθήνα: Εκδόσεις Λεξίτυπον.
- Ανδρικόπουλος, Ν. Κ. (2015). *Τροφогγνωσία. Περιγραφική χημεία & τεχνολογία τροφίμων*. Αθήνα: ΚΑΛΛΙΠΟΣ. Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. Ανακτήθηκε από: <https://repository.kallipos.gr/handle/11419/4696>
- Αρβανίτης, Κ. & Αρβανίτης, Δ. (2016). *Εστιατόριο: διοίκηση και οργάνωση επισιτιστικών επιχειρήσεων*. Αθήνα: Εκδόσεις Προπομπός.
- Βασιλοπούλου, Α. (2016). *Νοστιμιές Μεσογειακές. Χωρίς γάλα, σιτηρά (γλουτένη), αυγό, ξηρούς καρπούς* (δίγλωσση έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Μεταίχμιο.
- Βέργαδος, Χ. (2017). *Σχολείο ζαχαροπλαστικής. Γιατί τελικά τα γλυκά... είναι εύκολα!* Αθήνα: Εκδόσεις Διόπτρα.
- Βουρίκης, Ν., Χολέβας, Κ. & Ψιλόπουλος, Χ. (2012). *Ζαχαρομαγειρέματα*. Αθήνα: Le Monde/Les Livres du Tourisme.
- Βουτσινά, Ε. (2007). *Γεύση ελληνική (τόμος Α': Ψωμιά – κουλούρια – παξιμαδερά – πιττίτσες)*. Αθήνα: Εκδόσεις Καστανιώτη.
- Γεωργιάδης, Ν. (2016). *Δημιουργίες με φρούτα και λαχανικά*. Κοζάνη: Εκδόσεις Όμικρον.

Γκούρτσας, Ν. (2008). *First Aid – Πρώτες Βοήθειες*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Δίσιγμα.

Γογόπουλος, Γ., Δούλης, Κ., Κόκκορης, Η. & Πορής, Β. (2016). *Για μάγειρες*. Αθήνα: Le Monde/Les Livres du Tourisme.

Δημητρακόπουλος, Ε., Κατσώνης, Α. & Κηπουρός, Κ. (2021). *Τρόποι κοπής λαχανικών*. Αθήνα: Εκδόσεις Λεξίτυπον.

Εθνικό Κέντρο Άμεσης Βοήθειας. (2017). *Εγχειρίδιο Πρώτων Βοηθειών*.

Ανακτήθηκε από:

<https://www.ekab.gr/odigies/protes-voithies/ekav-egcheiridio-proton-voitheion/>

Ζωγόπουλος, Ε. Α. (2004). *Υγιεινή και Ασφάλεια στην Εργασία*. Αθήνα: Εκδόσεις Κλειδάριθμος.

Freedman, P. (επιμ.). (2009). *Ιστορία της Γεύσης* (μτφρ. Β. Ποταμιάνου). Αθήνα: Εκδόσεις Polaris.

Θεοδωρέλης, Χ. Δ. (2023). *Επιστήμη και Τεχνογνωσία στη Μαζική Εστίαση*. Θεσσαλονίκη: Ιδιωτική έκδοση.

Καλόςσας, Ε. & Παναγούλης, Α. (2017). *Μαγειρεύουμε. Η δημιουργία*. Αθήνα: Εκδόσεις Le Monde/Les Livres du Tourisme.

Καλόςσας, Ε., Παναγούλης, Α. & Συντάκας, Κ. (2013). *Μαγειρεύοντας. Οι βάσεις της μαγειρικής*. Αθήνα: Εκδόσεις Le Monde/Les Livres du Tourisme.

Καραγιάννης, Γ. (2014). *Λουκάνικα & Αλλαντικά*. Αθήνα: Εκδόσεις Ψύχαλου.

Καραγιάννης, Γ. (2016). *Ψωμί και ζύμες. 130 παραδοσιακές συνταγές απ' την Ελλάδα και τον κόσμο*. Αθήνα: Εκδόσεις Ψύχαλου.

Καράμπαμπα, Ε. (2008). *Βασικά Γαλλικά*. Αθήνα: Ινστιτούτο Διαρκούς Εκπαίδευσης Ενηλίκων (ΙΔΕΚΕ). Ανακτήθηκε από:
<http://repository.edulll.gr/edulll/handle/10795/857>

Κατσώνης, Α., Δημητρακόπουλος, Ε. & Κηπουρός, Κ. (2017). *Απλά & σύνθετα βούτυρα*. Αθήνα: Εκδόσεις Λεξίτυπον.

Κεραμέας, Ζ. (1996). *Μαγειρική Τέχνη [Σημειώσεις]*. Θεσσαλονίκη: ΤΕΣΤΕΘ.

- Κηπουρός, Κ., Δημητρακόπουλος Ε. & Κατσώνης, Α. (2020). *Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης. Απαντήσεις στα θέματα των εξετάσεων πιστοποίησης ΕΟΠΠΕΠ* (4η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Λεξίτυπον.
- Κοκκώσης, Χ. & Τσάρτας, Π. (2019). *Βιώσιμη Τουριστική Ανάπτυξη και Περιβάλλον* (2η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Κριτική.
- Κονόμος, Γ. & Πατεστής, Ι. (2022). *Έλεγχος & Κοστολόγηση για τουριστικές και επιχειρησιακές επιχειρήσεις* (5η έκδοση). Αθήνα: Le Monde/Les Livres du Tourisme.
- Κουράκου-Δραγωνά, Στ. (1998). *Θέματα Οινολογίας. Επιστήμη και τεχνολογία στον τομέα της οινοποιητικής τέχνης*. Αθήνα: Εκδόσεις Τροχαλία.
- Λαλούμης, Δ. & Στεφανακίδης, Κ. (2013). *Εστιατορική τεχνική* (1ος τόμος). Αθήνα: Εκδόσεις Unibooks.
- Λαλούμης, Δ. & Στεφανακίδης, Κ. (2014). *Διοίκηση εστιατορίων*. Αθήνα: Ιδιωτική έκδοση.
- Λαμπράκη, Μ. (2011). *Μπάρμπεκιου αλλά Ελληνικά!* Κρήτη: Ιδιωτική έκδοση.
- Μάρας, Α. Γ. (1997). *Οργάνωση – Τεχνική Εστιατορικών Μονάδων*. Αθήνα: Εκδόσεις Interbooks.
- Μάρας, Α. Γ. (2019). *Food & Beverage Management/Διοίκηση & Έλεγχος. Τιμολόγηση στον επισιτιστικό τομέα των ξενοδοχείων*. Αθήνα: Εκδόσεις Φαίδιμος.
- Μαρχαβίλας, Π. Κ. (2017). *Διαχείριση ασφαλείας & υγιεινής της εργασίας. Τεχνικές & μέθοδοι εκτίμησης της διακινδύνευσης – επικινδυνότητας στην ασφάλεια εργασίας*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Τζιόλα.
- Ματάλα, Α.-Λ. (2015). *Διατροφή και πολιτισμός. Βιοπολιτισμικές προσεγγίσεις της επιλογής τροφής*. Αθήνα: ΚΑΛΛΙΠΟΣ. Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. Ανακτήθηκε από: <https://repository.kallipos.gr/handle/11419/3801>
- Ματάλα, Α.-Λ. (2023). *Μεσογειακή δίαιτα. Το ελληνικό πρότυπο διατροφής*. Αθήνα: ΚΑΛΛΙΠΟΣ. Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις. Ανακτήθηκε από: <https://repository.kallipos.gr/handle/11419/10571>

- Metz, R. & Gruner, H. (2003). *Επάγγελμα Μάγειρας. Κοπή Κρέατος και Ψαριού*. Αθήνα: Ευρωπαϊκές Τεχνολογικές Εκδόσεις.
- Μπαρμπαρίγου, Α. & Παπαλαζάρου, Α. (2023). *Από στόμα σε στόμα. Θησαυροί της ελληνικής κουζίνας*. Αθήνα: Εκδόσεις Σταμούλη.
- Μπλούκας, Ι. Γ. (2017). *Επεξεργασία & Συντήρηση Τροφίμων*. Αθήνα: Εκδόσεις Unibooks.
- Μυλωνάς, Σ. (2023). *Βιώσιμη τουριστική ανάπτυξη. Θέματα βιώσιμης τουριστικής ανάπτυξης*. Αθήνα: INSETE. Ανακτήθηκε από: <https://insetetoolkit.gr/wp-content/uploads/2022/04/egx-biosimi-touristiki-anaptiksi-single-pages.pdf>
- Ολντ, Μ. (2015). *Κρασί. Ένα ταξίδι γευσιγνωσίας. Χρώμα, άρωμα, γεύση, υφή* (μτφρ. Α. Αργυρίου). Εκδόσεις Ψυχογιός.
- Παλησίδης, Γ. & Μπόσκου, Γ. (2012). *Νέα διατροφικά πρότυπα*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ.
- Παλησίδης, Γ. & Μπόσκου, Γ. (2014). *Νέα διατροφικά & γαστρονομικά πρότυπα*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ. Ανακτήθηκε από: https://imegsevee.gr/wp-content/uploads/2018/02/gastronomika_protupa.pdf
- Παρλιάρος, Σ. (2023). *Ελληνική ζαχαροπλαστική. Συνταγές, ιστορίες, αναμνήσεις*. Αθήνα: Εκδόσεις Πεδίο.
- ΠΓΓΔΒΜ & ΝΓ. (2017). *Οδηγός Κατάρτισης στην ειδικότητα «Τεχνικός Μαγειρικής Τέχνης – Αρχιμάγειρας (Chef)»*. Ανακτήθηκε από: <http://www.gsae.edu.gr>
- Πετρετζίκης, Α. (2017). *Piece of cake. Οι 120 καλύτερες συνταγές για κέικ από τον Άκη Πετρετζίκη*. Αθήνα. Εκδόσεις Ψυχογιός.
- Πινότσης, Δ. & Κωνσταντινίδης, Θ. (2015). «Εργατικά ατυχήματα στην Ευρωπαϊκή Ένωση και την Ελλάδα (2008-2012)», *Υγιεινή και Ασφάλεια της εργασίας*, τεύχος 63, Ιούλιος-Αύγουστος, Σεπτέμβριος.
- Πρωτοπαπαδάκης, Ι. (2021). *Εξυπηρέτηση Πελατών σε φιλοξενία & εστίαση. Τα μυστικά για να προσφέρετε υπηρεσίες 5 αστέρων στους πελάτες σας*. Αθήνα: Εκδόσεις Rosili.

- Ράπτης, Λ. & Ανδρεάδης, Τ. (2016). *Gourmeat. One step beyond*. Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις iWrite.
- Ράπτης, Ν. Δ. (1999). *Εμπορευματογνωσία – Προμήθειες*. Αθήνα: Εκδόσεις Interbooks.
- Σαλεσιώτης, Μ. Π. (2007). *Σύνθεση Εδεσματολογίου*. Αθήνα: Εκδόσεις Interbooks.
- Σαράντος, Ν. & Χειλαδάκης, Σ. (2005). *Μαγειρική τέχνη – Εκπαιδευτική επαγγελματική μαγειρική*. Αθήνα: ΟΤΕΚ.
- Σβορώνου, Ε. (2003). *Μέθοδοι Διαχείρισης του Οικοτουρισμού και του Τουρισμού σε Προστατευόμενες Περιοχές*. Αθήνα: WWF – ΥΠΕΧΩΔΕ. Ανακτήθηκε από: <https://www.contentarchive.wwf.gr/images/pdfs/ecos.pdf>
- Σουφлерός, Ε. Η. (2015). *Οινολογία, Επιστήμη και Τεχνογνωσία*. Θεσσαλονίκη: Ιδιωτική έκδοση.
- Σταυρακάκης, Μ. Ν. (2019). *Αμπελουργία*. Αθήνα: Εκδόσεις Έμβρυο.
- Συλλογικό Έργο. (2004). *Ελληνική παραδοσιακή κουζίνα*. Αθήνα: ΟΤΕΚ-Υπουργείο Τουριστικής Ανάπτυξης.
- Σφλώμος, Κ. & Χούχουλα, Δ. (2023). *Υγιεινά τρόφιμα και ορθολογική διατροφή*. Αθήνα: Εκδόσεις Τσότρα.
- Σωτηριάδης, Μ. (2005). *Οικονομικό Management Ξενοδοχειακών Επιχειρήσεων* (2η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Προπομπός.
- Τσάρτας, Π., Σταυρινούδης, Θ., Ζαγκότση, Σ., Κυριακάκη, Α. & Βασιλείου, Μ. (2010). *Οδηγός για το περιβάλλον. Τουρισμός και περιβάλλον*. Αθήνα: WWF. Ανακτήθηκε από: https://www.contentarchive.wwf.gr/images/pdfs/OdigosPerivallonkaiTourismos_2010.pdf
- Φιλιππίδης, Δ. Α. & Τζένος, Χ. (2001). *Οργάνωση & Λειτουργία Εστιατορίου. Κλασικές & Σύγχρονες Μορφές Εξυπηρέτησης*. Αθήνα: Εκδόσεις Le Monde/Les Livres du Tourisme.
- Χειλαδάκης, Σ. (2019). *Εγχειρίδιο Τεχνικού Μαγειρικής Τέχνης* (4η έκδοση). Αθήνα: Εκδόσεις Επτάλοφος.

Χολέβας, Κ. & Ψιλόπουλος, Χ. (2024). *Ζαχαροπλαστική εξέλιξη*. Αθήνα: Le Monde/ Les Livres du Tourisme.

ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ

Cholvy, J. (2014). *En cuisine! – Niveaux A1/A2*. Paris: Clé International.

Gringoire, Th. & Saulnier, L. (2002). *Le Répertoire de la Cuisine*. Paris: Flammarion.

Le Goff, A., Desgages, A. & Moreau, C. (2023). *Le Grand livre de la cuisine. La bible indispensable pour cuisiner au quotidien*. Vanves: Hachette.

Le Petit Larousse. La bonne cuisine française. (2023). Vanves: Larousse.

Marks, S. (2019). *Mastering grammar for B1. Greek edition*. Limassol: Burlington Books.

McGee, H. (2004). *On Food and Cooking. The Science and Lore of the Kitchen*. New York: Scribner.

Moris, C. E. (2016). *Flash on English for Cooking, Catering & Reception* (2nd edition). Loreto: ELI Publishing.

The Culinary Institute of America. (2024). *The Professional Chef* (10th Edition). Published by John Wiley & Sons, Inc.

B | Βιβλιογραφικές αναφορές σχετικές με τη μεθοδολογία ανάπτυξης των εκπαιδευτικών εγχειριδίων

Βαρβιτσιώτη, Ρ., Γούλας, Χρ., Θεοδωρή, Ελ., Καρατράσογλου, Ιάκ., Μαρκίδης, Κ., Μπαμπανέλου, Δ. & Νάτσης, Π. (2022). *Πρότυπος οδηγός κατάρτισης*. Αθήνα: ΚΑΝΕΠ/ΓΣΕΕ.

Βαρβιτσιώτη, Ρ., Θεοδωρή, Ελ., Μαρκίδης, Κ. & Μπαμπανέλου, Δ. (2023). *Ανάπτυξη οριζόντιας εκπαιδευτικής μεθοδολογίας/Εκπαιδευτικός σχεδιασμός στο πεδίο της αρχικής επαγγελματικής κατάρτισης*. Αθήνα: ΚΑΝΕΠ/ΓΣΕΕ.

Βαρβιτσιώτη, Ρ., Θεοδωρή, Ελ., Μαρκίδης, Κ. & Μπαμπανέλου, Δ. (2023). *Πρότυπο εκπαιδευτικό εγχειρίδιο*. Αθήνα: ΚΑΝΕΠ/ΓΣΕΕ.

Βαρβιτσιώτη, Ρ., Θεοδωρή, Ελ., Μαρκίδης, Κ. & Μπαμπανέλου, Δ. (2023). *Πρότυπη τράπεζα θεμάτων*. Αθήνα: ΚΑΝΕΠ/ΓΣΕΕ.

Γενική Γραμματεία Επαγγελματικής Εκπαίδευσης Κατάρτισης και Διά Βίου Μάθησης. Τμήμα Σπουδών Προγραμμάτων και Οργάνωσης Επαγγελματικής Κατάρτισης. (2020). *Οδηγοί Σπουδών ειδικοτήτων ΙΕΚ του Ν. 4186/2013*. Ανακτήθηκε στις 5 Μαρτίου 2020 από: <https://gsvetlly.minedu.gov.gr/sxoles-anoteris-epaggelmatikis-katartisis-s-a-e-k/odigoi-katartisis-spoudon>

Γούλας, Χ. & Λιντζέρης, Π. (2017). *Διά Βίου Μάθηση, Επαγγελματική Κατάρτιση, Απασχόληση και Οικονομία: Νέα Δεδομένα, Προτεραιότητες και Προκλήσεις*. Αθήνα: ΙΜΕ/ΓΣΕΒΕΕ, ΙΝΕ/ΓΣΕΕ.

Γούλας, Χ., Μαρκίδης, Κ. & Μπαμπανέλου, Δ. (2021). *Πρότυπο ανάπτυξης εκπαιδευτικών υλικών του ΙΝΕ/ΓΣΕΕ* [Εσωτερική έκδοση]. Αθήνα: Ινστιτούτο Εργασίας της Γενικής Συνομοσπονδίας Εργατών Ελλάδας.

Δημουλάς, Κ., Βαρβιτσιώτη, Ρ. & Σπηλιώτη, Χ. (2007). *Οδηγός Ανάπτυξης Επαγγελματικών Περιγραμμάτων*. Αθήνα: ΓΣΕΕ, ΣΕΒ, ΓΣΕΒΕΕ, ΕΣΕΕ.

ΙΝΕ/ΓΣΕΕ. (2021). *Νέα βίντεο παρουσίασης επαγγελμαμάτων* [Video]. Ανακτήθηκε από: <https://oasi.inegsee.gr/>

Καραλής, Θ., Καρατράσογλου, Ι., Μαρκίδης, Κ., Βαρβιτσιώτη, Ρ., Νάτσης, Π. & Παπαευσταθίου, Κ. (2021). *Μεθοδολογικές προσεγγίσεις ανάπτυξης επαγγελματικών περιγραμμάτων και πλαισίων εκπαιδευτικών προδιαγραφών προγραμμάτων*. Αθήνα: ΙΝΕ/ΓΣΕΕ. Ανακτήθηκε στις 15 Μαρτίου 2022 από: https://www.inegsee.gr/wp-content/uploads/2021/07/Me8odologia_EP_Ebook.pdf

Λευθεριώτου, Π. (χ.χ.). *Η Εκπαιδευτική Διεργασία στην Εκπαίδευση Ενηλίκων*. Αθήνα: Υπουργείο Εθνικής Παιδείας & Θρησκευμάτων, Γενική Γραμματεία Εκπαίδευσης Ενηλίκων.

Cedefop. (2014). *Επαγγελματική Εκπαίδευση και Κατάρτιση στην Ελλάδα: Συνοπτική Περιγραφή*. Λουξεμβούργο: Υπηρεσία Εκδόσεων της Ευρωπαϊκής Ένωσης.

Cedefop. (2014). *Terminology of European Education and Training Policy: A Selection of 130 Key Terms* (2nd edition). Luxembourg: Publications Office of the European Union.

Cedefop. (2018). *Skills forecast, trends and challenges to 2030*. Luxembourg: Publications Office of the European Union. Ανακτήθηκε από: <https://doi.org/10.2801/4492>

Kopnov, V. A., Shmurygina, O., Shchipanova, D., Dremina, M. A., Papaloizou, L., Orphanidou, Y. & Morevs, P. (2018). "Functional Analysis and Functional Maps of Qualifications in ECVET Context", in: *The Education and Science Journal*, 20(6), pp. 90-117. Διαθέσιμο σε: https://www.researchgate.net/publication/326242379_Functional_Analysis_and_Functional_Maps_of_Qualifications_in_ECVET_Context

Mansfield, B. & Schmidt, H. (2001). *Linking Vocational Education and Training Standards and Employment Requirements: An International Manual*. European Training Foundation. Ανακτήθηκε στις 9 Ιουνίου 2020 από: https://www.etf.europa.eu/sites/default/files/m/C12578310056925BC12571FE00473D6B_NOTE6UAEET.pdf

Μπουραντάς, Δ. Κ. (2002). *Μάνατζμεντ, Θεωρητικό υπόβαθρο, Σύγχρονες Πρακτικές*. Αθήνα: Εκδόσεις Μπένου.

Psfidou, I. (2009). "What learning outcome based curricula imply for teachers and trainers", in: *7th International Conference "Comparative Education and Teacher Training"* (June 29-July 3, 2009), vol. 7, pp. 183-188. Sofia, Bulgaria: Bureau for Educational Services.

Γ | Σχετική εθνική νομοθεσία

Επίσημη Εφημερίδα της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Σύσταση του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου, της 18ης Δεκεμβρίου 2006, σχετικά με τις βασικές ικανότητες της διά βίου μάθησης (2006/962/ΕΚ). Ανακτήθηκε στις 20 Ιουλίου 2026 από: <https://eur-lex.europa.eu/eli/reco/2006/962/oj>

Επίσημη Εφημερίδα της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Σύσταση του Συμβουλίου της 22ας Μαΐου 2018 σχετικά με τις βασικές ικανότητες της διά βίου μάθησης (2018/С 189/01). Ανακτήθηκε στις 20 Ιουλίου 2026 από: [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EL/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018H0604\(01\)&from=PL](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EL/TXT/PDF/?uri=CELEX:32018H0604(01)&from=PL)

Νόμος υπ' αρ. 4763/2020 «Εθνικό σύστημα επαγγελματικής εκπαίδευσης, κατάρτισης και διά βίου μάθησης, ενσωμάτωση στην ελληνική νομοθεσία της Οδηγίας (ΕΕ) 2018/958 του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου της 28ης Ιουνίου 2018 σχετικά με τον έλεγχο αναλογικότητας πριν από τη θέσπιση νέας νομοθετικής κατοχύρωσης των επαγγελμάτων (ΕΕ L 173), κύρωση της Συμφωνίας μεταξύ της Κυβέρνησης της Ελληνικής Δημοκρατίας και της Κυβέρνησης της Ομοσπονδιακής Δημοκρατίας της Γερμανίας για το Ελληνογερμανικό Ίδρυμα Νεολαίας και άλλες διατάξεις» (ΦΕΚ 254/Α/21-12-2020).

Υπ' αρ. ΦΒ7/108652/Κ3 Απόφαση Υπουργών Ανάπτυξης και Επενδύσεων – Παιδείας και Θρησκευμάτων – Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων «Πλαίσιο Ποιότητας Μαθητείας» (ΦΕΚ 4146/Β/9-9-2021).

Υπ' αρ. Κ5/97484 Απόφαση Υπουργών Οικονομικών – Ανάπτυξης και Επενδύσεων – Παιδείας και Θρησκευμάτων – Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων – Υγείας «Πρακτική άσκηση σπουδαστών Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης αρμοδιότητας Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων» (ΦΕΚ 3938/Β/26-8-2021).

Υπ' αρ. Κ1/118932/2017 Απόφαση Υπουργών Οικονομίας και Ανάπτυξης – Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων – Εργασίας, Κοινωνικής Ασφάλισης και Κοινωνικής Αλληλεγγύης, Υγείας «Ρύθμιση θεμάτων επιδότησης και ασφάλισης της Μαθητείας των σπουδαστών των δημόσιων και ιδιωτικών Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης (ΙΕΚ) και Σχολών Επαγγελματικής Κατάρτισης (ΣΕΚ)» (ΦΕΚ 2440/Β/18-7-2017).

Υπ' αρ. Κ1/54877/2017 Απόφαση Υπουργού Παιδείας, Έρευνας και Θρησκευμάτων
«Τροποποίηση του Κανονισμού λειτουργίας Ινστιτούτων Επαγγελματικής
Κατάρτισης (ΙΕΚ) που υπάγονται στη Γενική Γραμματεία Διά Βίου Μάθησης
(ΓΓΔΒΜ)» (ΦΕΚ 1245/Β/11-4-2017).

Υπ' αρ. 5954/2014 Απόφαση Υφυπουργού Παιδείας και Θρησκευμάτων
«Κανονισμός Λειτουργίας Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης (ΙΕΚ)
που υπάγονται στη Γενική Γραμματεία Διά Βίου Μάθησης (ΓΓΔΒΜ)»
(ΦΕΚ 1807/Β/2-7-2014).

Υπ' αρ. 110998/2006 Απόφαση Υπουργών Οικονομίας και Οικονομικών – Εθνικής
Παιδείας και Θρησκευμάτων – Απασχόλησης και Κοινωνικής Προστασίας
«Πιστοποίηση Επαγγελματικών Περιγραμμάτων» (ΦΕΚ 566/Β/8-5-2006).

ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΩΝ

Συντακτική ομάδα

Ρένα Βαρβιτσιώτη

Ελένη Θεοδωρή

Κωνσταντίνος Μαρκίδης

Δέσποινα Μπαμπανέλου

Επιμέλεια σύνταξης

Δέσποινα Μπαμπανέλου

Το εκπαιδευτικό εγχειρίδιο συντάχθηκε στο πλαίσιο της Πράξης με τίτλο «Διαμόρφωση οδηγών κατάρτισης και εκπαιδευτικών εγχειριδίων Ινστιτούτων Επαγγελματικής Κατάρτισης (IEK)» με κωδικό ΟΠΣ (MIS) 5069281 μέσω του Επιχειρησιακού Προγράμματος «Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού, Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση 2014-2020» που συγχρηματοδοτείται από την Ελλάδα και την Ευρωπαϊκή Ένωση (Ευρωπαϊκό Κοινωνικό Ταμείο-Ε.Κ.Τ.).



Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης





**Επιχειρησιακό Πρόγραμμα
Ανάπτυξη Ανθρώπινου Δυναμικού,
Εκπαίδευση και Διά Βίου Μάθηση**

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

