

# Gastrotecnia

Ano Curricular: **2º Ano**

2º Semestre

Ano Letivo: 2022/23

## CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

- Grupos alimentares: alimentos, porções e equivalentes. Identificar e aplicar as unidades de conversão, porções e capitações de alimentos
- Características organolépticas dos alimentos: aspeto, aroma, textura e sabor; perceção sensorial das características dos alimentos
- Técnicas culinárias: técnicas de preparação; métodos culinários: transferência de calor para o alimento.
- Processos culinários aplicados aos diferentes grupos de alimentos: leite e derivados; carne, pescado e ovos; leguminosas; cereais e derivados; frutos e vegetais; alterações nutricionais associadas aos processos culinários.
- Adaptações culinárias a condições de saúde / doença / estilo de vida; técnicas de culinária saudável: remoção / substituição de alimentos / ingredientes.
- Planos alimentares adaptados a situações clínicas concretas com recurso a: adaptação de consistência; equivalência de alimentos, restrição ou suplementação nutricional.