

# FORMACIÓN PROFESIONAL EN REPOSTERÍA INTEGRAL Y VEGANA :: MODALIDAD PRESENCIAL



## OBJETIVOS

Que el/la estudiante:

- Expanda su acervo de ingredientes y conozca y utilice alimentos sanos, sabrosos y nutritivos.
- Se interiorice en técnicas de la pastelería clásica adaptada a técnicas veganas/naturistas (incluyendo la fermentación de las harinas con masa madre).
- Pueda trabajar en emprendimientos conscientes ya establecidos, o bien sumar opciones conscientes a una carta "normal" (como cocinero o como proveedor de algún producto).
- Consiga confeccionar postres equilibrados en términos de nutrición, sabor y colores.
- Logre aplicar y transmitir lo aprendido en/a través de sus redes sociales más próximas.

## SALIDA LABORAL

- Productor de manufacturas naturistas.
- Proveedor de manufacturas a locales naturistas, dietéticas, restaurantes, etc.
- Encargado de la sección de repostería de emprendimientos culinarios.

## CLASES (12 clases/3 meses + 1 clase práctica de producción)

Ver WEB

## **ARANCEL (transferencia, depósito bancario, rapipago/pago fácil, tarjeta a través de mercadopago)**

**\$75900.-** (se puede financiar en tres cuotas antes de comenzar, por transferencia)  
Incluye todos los materiales, recetario en pdf, utensilios y degustación.

## **CERTIFICADO**

El diploma, de validez interna, se otorgará el último día de cursada, habiendo completado una asistencia de al menos el 75% del total de la clases (10 clases).

## **INSCRIPCIÓN:**

info@vidasabia.com o unavidasabia@gmail.com o whatsapp al 11-68525541 o llamando al 11-32619376. Una vez recibimos tus datos, te enviamos la información de la cuenta o bien el cupón de pago correspondiente.

LA CAPACIDAD MÁXIMA ES DE 12 PERSONAS POR CUATRIMESTRE.

## **LOCACIÓN:**

Deheza 3159, Saavedra, CABA, a 7 cuadras de Cabildo y 2 de Gral Paz.

## **DIRECTORES DEL CURSO**

### **Cocinero Profesional Albano Hofmeister**

Albano Hofmeister es Cocinero Profesional con Especialización en Gerenciamiento Gastronómico, egresado del Colegio de Cocineros "Gato Dumas", Asesor Gastronómico, profesor de cocina y Co-creador y encargado principal de las clases prácticas del **Instituto Vida Sabia**.

Luego de terminar sus estudios se desempeñó como empleado gastronómico en diferentes establecimientos. Esta experiencia fue la base para poder desarrollar las capacidades reales de un cocinero profesional, acumulando experiencias y vivencias. Debido a un cambio importante en su alimentación, comenzó a reeducar sus capacidades y técnicas, investigando, probando y adentrándose de lleno en el mundo de la cocina vegana naturista.

Actualmente es el encargado del área de gastronomía de **Vida Sabia**, desarrollando y colaborando en diferentes cursos tanto presenciales como a distancia y centrando su atención en la formación de futuros profesionales gastronómicos. Profesor a cargo de la cursada de "Formación integral en repostería vegana"

### **Master en Ciencias Sociales / Licenciado en Antropología / Tco. en Dietética y Nutrición/**

#### **Master en yoga Diego San**

Diego San es técnico en dietética y nutrición, cocinero naturista, master en Yoga y director, co-creador y profesor teórico-práctico en el **Instituto Vida Sabia**.

Realiza **asesorías** nutricionales personalizadas, se encarga de idear "alimentos sabios", combinando **recetas sabrosas y prácticas** con los principales lineamientos de la **nutrición consciente**.

Propone una mirada científica proveniente de sus estudios en Antropología social, fusionado con los de **alimentación y cocina saludable**, y agregando la sabiduría ancestral de la práctica del **Yoga**, escribe textos de difusión y colabora en revistas y medios especializados.

Como avezado investigador y partidario de la experimentación (más que de la simple erudición), es su ideal poner en entredicho los “**mitos nutricionales**” alrededor de la salud y el acto alimentario, y ayudar a todo aquel que esté sintiendo, en este cambio de era, la necesidad de una **renovación profunda**, desde un modo acostumbrado-cultural de ser-accionar, hacia un modo fructífero-evolutivo consecuente con el **desarrollo integral del espíritu**, tanto individual como universal.

#### TEMARIO DETALLADO\*:

\*aunque el tronco temático se mantendrá, el contenido de las clases podrá variar sin previo aviso por cuestiones ambientales, sociales, estacionales, etc.

##### *Clase 1: Introducción*

- Introducción a la repostería vegana, presentación de materia prima y conceptos básicos. **Masas fermentadas.**
- Masa madre, creación, usos y características generales.
- Peras pocheadas con cardamomo
- Salsa de cajú y canela
- Manteca vegana: elaboración y usos

##### *Clase 2: Tartas I*

- Masa quebrada básica
- Crema de maíz
- Tarta de Fruta
- Pasta frola con dulce de estación
- Dulce rápido

##### *Clase 3: Tartas II*

- Masa de almendras, sin tacc
- Tarta cremosa de chocolate
- Curd de limón
- Merengue de aquafaba

##### *Clase 4: Budines y muffins*

- Budín base. Variedad de sabores
- Budín gluten-free
- Muffins de manzana y canela
- Leches vegetales: ¿Cómo se hacen? Usos básicos.
- Cocadas: uso del bagazo de la leche de coco

##### *Clase 5: Repostería raw y fermentación*

- Cheesecake helado
- Yogur vegano con fermentación natural
- Trufas de maní y pasas de uva
- Brownie raw

##### *Clase 6: Misceláneas*

- Dulce/relleno de aduki
- Crema/Manteca de maní
- Galletitas SemiBrownie de Chocolate
- Galletitas de limón y manteca vegana
- Dorayaki vegano (Alfajor japonés)

##### *Clase 7: Tortas clásicas*

- Tarta de coco y dulce de leche de cajú

- SuperBrownie de Chocolate
- Tarta tatín

#### ***Clase 8: Heladería vegana y más***

- Almendrado de coco
- Banana Split Nice Cream
- Sorbete de fruta
- Praliné de frutos secos

#### ***Clase 9: Postres***

- Panna cotta
- Panqueques integrales
- Crocante de sésamo
- Salsa de caramelo
- Mousse de chocolate

#### ***Clase 10: Chocolatería***

- Chocolate vegano semiamargo
- Barras de chocolate con varios sabores

#### ***Clase 11: Bollería vegana***

- Babka de chocolate
- Medialunas integrales
- Scones Veganos

#### ***Clase 12: Torta para eventos***

- Bizcocho para tortas de gran tamaño
- Dulce de dátiles
- Cobertura / frosting de arroz
- Armado de torta de dos pisos

#### ***Clase 13: Producción en serie para Venta***

- Producción en serie de un producto o serie de productos
- Coordinación y trabajo en equipo
- Empaquetado
- Etiquetado

#### ***Material Teórico Extra:***

- Apuntes teóricos (digitalizados) de emplatado (postres), costeos (productos en general) y nutrición (alimentos refinados/integrales, fermentación, ácido fólico y antinutrientes).