Cuoco AFC
Cuoca AFC

Descrizione

Il cuoco e la cuoca cucinano una vasta gamma di pietanze, sia calde che fredde (antipasti, insalate, varie qualità di pasta, salse, contorni, carne, pesce e dessert) per gli ospiti di ristoranti, hotel, ospedali, ecc. Ordinano i prodotti alimentari, ne controllano la qualità e li conservano nel rispetto delle norme igieniche. Compongono il menu e curano la presentazione e la guarnizione dei piatti.

Le loro attività principali possono essere così descritte:

Preparazione e presentazione dei piatti

- elaborare piatti e menu in base alla stagione, ai prodotti, alla clientela, alle tendenze alimentari, ecc., tenendo conto dei prodotti tipici della regione e dell'offerta del mercato;
- creare nuove ricette, provare diversi prodotti per rinnovare il menu, applicare i principi nutrizionali per una dieta equilibrata e sana;
- preparare la mise en place (disporre gli elementi necessari per il lavoro);
- preparare gli alimenti da cucinare: lavare e sbucciare le verdure, tagliare la carne, determinare la quantità dei vari ingredienti, ecc.;
- preparare i piatti del menu: zuppa, insalata, carne, verdure, dessert, ecc. utilizzando attrezzature e utensili adeguati;
- applicare vari metodi di cottura: bollire, saltare, cuocere a vapore, brasare, gratinare, arrostire, grigliare, ecc.;
- guarnire, combinare e impiattare con cura le pietanze e passare i piatti al personale di sala;

Organizzazione e gestione

- valutare le quantità di merce da ordinare in base agli incassi, alle prenotazioni e alle previsioni di vendita, calcolano i costi della merce e i valori nutrizionali;
- controllare i prodotti alimentari e determinarne la qualità (origine, freschezza, metodo di conservazione, ecc.), conservarli in conformità alla legislazione alimentare, comprese le date di conservazione e di scadenza;
- pianificare e organizzare offerte specifiche per diversi tipi di clienti ed eventi speciali;
- utilizzare sistemi digitali per le ordinazioni, la calcolazione e la pianificazione in cucina, in modo da ottimizzare la produttività in cucina ed evitare perdite e sprechi di alimenti, cibi e risorse aziendali;
- curare il proprio modo di presentarsi e comunicare con i vari collaboratori, gli ospiti e i fornitori, se necessario anche in una seconda lingua nazionale o in inglese;
- garantire la sicurezza (prevenzione degli incendi), l'igiene e l'ordine in cucina;
- valutare regolarmente le condizioni igieniche di tutte le strutture (magazzini, sala da pranzo, ecc.), aggiornando i registri e le liste di controllo;
- pulire e riordinare gli utensili, le attrezzature e gli strumenti di lavoro della cucina;
- smistare i rifiuti secondo le linee guida aziendali, smaltirli o riciclarli.

Formazione

Durata: 3 anni

Formazione professionale di base (tirocinio) presso un albergo, un ristorante o un'altra struttura del settore e frequenza dei corsi alla Scuola professionale artigianale e industriale (SPAI) al Centro professionale tecnico (CPT) di Lugano-Trevano.

Chi svolge la formazione in un albergo o ristorante con apertura annuale frequenta la SPAI 1 giorno alla settimana. Chi svolge la formazione in un albergo o ristorante con apertura stagionale frequenta i corsi blocco presso la SPAI nel periodo invernale (novembre-febbraio).

Materie scolastiche:

- conoscenze professionali (preparazione e presentazione di cibi e pietanze; rispetto delle norme a garanzia della sicurezza e della sostenibilità; applicazione di procedura aziendali ed economiche; presenza e comunicazione);
- tedesco.

La persona in formazione deve inoltre seguire i corsi interaziendali: 20 giorni durante i 3 anni di formazione.

Al termine della formazione, superata la procedura di qualificazione (esami), si consegue l'attestato federale di capacità (AFC) di
CUOCO o
CUOCA

Requisiti

- assolvimento della scolarità obbligatoria

NB. Le persone in formazione possono lavorare di notte fino alle 23.00 (fino alle 20.00 nei giorni precedenti i corsi della scuola professionale o i corsi interaziendali e fino alle 01.00 al massimo 10 notti all'anno) e la domenica (non possono essere occupate nelle domeniche dei periodi di vacanza e per almeno 12 domeniche all'anno) solo a partire dall'età di 16 anni compiuti.

© SDBB | CSFO - orientamento.ch - 04.10.2023

Attitudini richieste

Per esercitare questa professione sono richieste attitudini quali:

- Capacità di adattarsi a orari irregolari e notturni
- Gusto e olfatto sviluppati
- Abilità manuale
- Resistenza psichica
- Igiene e pulizia
- Rapidità di esecuzione
- Attitudine a lavorare in gruppo

Condizioni di lavoro

Il cuoco e la cuoca possono lavorare da soli o come parte di una brigata di cucina guidata da uno chef. In un piccolo ristorante fanno quasi tutto da soli, mentre in un grande locale si specializzano in un settore particolare (carne, pesce, piatti in salsa, ecc.). Il ritmo di lavoro è sostenuto. Gli orari di lavoro sono piuttosto irregolari (media 45 ore settimanali) e hanno 2 giorni di congedo settimanali. Spesso i cuochi devono lavorare fuori orario e nei giorni festivi, devono perciò essere ben disposti e saper rinunciare anche alle vacanze in determinati periodi e a lavorare quando gli altri sono liberi.

Questi professionisti possono trovare lavoro presso alberghi, ristoranti, ospedali, istituti e convitti, mense, navi e presso compagnie aeree. La mobilità professionale consente ai cuochi di conoscere altri metodi di lavoro e abitudini alimentari. Possono cambiare locale, viaggiare lavorando su una nave o andare all'estero per conoscere la cucina e le lingue tipiche di un paese.

Carriera: Commis, Chef di partita, Sous-chef, Chef di cucina, Chef di cucina dipl., Direttore/trice d'azienda.

Perfezionamento

- maturità professionale che consente l'accesso alle scuole universitarie professionali (SUP) e agevola il perfezionamento professionale;
- tirocinio supplementare in una professione affine;
- esami professionali per conseguire l'attestato professionale federale (APF) di cuoco/a in dietetica, capo cuoco/a o di responsabile della ristorazione;
- esami professionali superiori (EPS) di capo della ristorazione, di capo della ristorazione collettiva o di esercente albergatore/trice;
- esami di esercente (certificati cantonali);
- scuola specializzata superiore (SSS) per conseguire il diploma di albergatore/trice-ristoratore/trice SSS (in Ticino autorizza alla gestione di un albergo o un ristorante senza frequentare ulteriori corsi); o di agrotecnico/a;
- scuola universitaria professionale SUP in tecnologia alimentare.

Altre offerte di formazione continua
su: www.orientamento.ch/perfezionamento

Professioni affini

- Addetto di cucina CFP/Addetta di cucina CFP
- Impiegato di ristorazione AFC/Impiegata di ristorazione AFC
- Macellaio-salumiere AFC/Macellaia-salumiera AFC
- Panettiere-pasticciere-confettiere AFC/Panettiera-pasticciera-confettiera AFC
- Traiteur/Traiteuse

Indirizzi

CPT Centro professionale tecnico Lugano-Trevano
SPAI Scuola professionale artigianale e industriale
6952 Canobbio
Telefono: 091 815 10 11
http://www.cpttrevano.ti.ch

GastroTicino
Via Gemmo 11
6900 Lugano
Telefono: 091 961 83 11
http://www.gastroticino.ch
http://mestierialberghieri.ch