

## **COCINERO**

### **BÁSICO**

1. Conoce el manejo del fuego, y explica las precauciones a tomar con el fuego.
2. 5 clases de fuego diferentes, explicando usos y características.
3. Conocer el método para cocinar en fuego (método trampero), y la forma de cocinar pan construyendo un horno.
4. Conocer los métodos para potabilizar el agua.
5. Elección, y cuidados de una bombona.
6. Saber cómo embalar, conservar y mantener limpio el material de cocina para un campamento de Patrulla.
7. Exponer los grupos de alimentos como por ejemplo: Proteínas, Minerales, Carbohidratos, etc...

### **AVANZADO**

1. Confeccionar un menú equilibrado según las necesidades de cada actividad. (Estar de raid o en campamento)
2. Dirigir la cocina de una comida completa para la patrulla.
3. Confeccionar un libro de recetas. (Mínimo 15 recetas)
4. Conocer cómo almacenar los alimentos (conservar) según su durabilidad y explicar distintos métodos para deshacerse de los desperdicios.
5. Elaborar un plato dulce y otro salado.
6. Saber hacer una fresquera.
7. Realizar un croquis de la cocina de un campamento.