



Ficha técnica del curso:

## Cocina Tradicional Panameña

**Área de formación:**  
Gastronomía

**Duración:** 100 horas  
**Modalidad:** Presencial

**Especialidad:**  
Cocina

### Requisitos de ingreso

- Mayor de 18 años
- Registro de inscripción en Orientación
- Nivel de formación básica: saber leer y escribir
- Uniforme de cocina completo o semi-completo (requerimiento mínimo: redecilla o pañoleta, sweater blanco, delantal blanco, pantalón largo, zapatos cerrados o zapatillas)

### Contenido:

- Introducción a la Gastronomía Tradicional Panameña (Panamá, Coclé, Los Santos, Herrera, Veraguas, Chiriquí y Darién)
- Ensaladas criollas
- Productos a base de maíz fresco y seco
- Frituras y bocadillos nacionales
- Sopas, caldos y arroces nacionales
- Platos y guisados de la gastronomía tradicional panameña
- Bebidas tradicionales panameñas

### Objetivos:

**Al término del curso el participante será capaz de:**

- Aplicar los principios y técnicas culinarias básicas para la producción de platos tradicionales de la gastronomía panameña.
- Realizar frituras, bocadillos, productos a base de maíz, sopas y guarniciones nacionales.
- Elaborar bebidas tradicionales panameñas.

