

# AKADEMIA KULINARNA

~ Wyższa Szkoła Gotowania ~

## IV EDYCJA



## **DLACZEGO MY?**

- mamy doświadczenie w prowadzeniu szkoleń kulinarnych, eventów, szkoleń, coachingu, doradztwie biznesowym i konsultingu w dziedzinie gastronomii,
- jesteśmy rzetelni wobec Partnerów i w pełni zaangażowani w realizację podjętych zobowiązań,
- jesteśmy elastyczni oraz dbamy o wysoki poziom komunikacji z Klientem,
- naszym celem jest najwyższa jakość usług i zadowolenie Klienta

### **MIEJSCE SZKOLENIA:**

#### **STUDIO KULINARNE ADRIAN FELIKS Sosnowiec – ul. Sucha 18**

Nasze Studio Kulinarne to nowoczesna forma nauki i doskonalenia technik gotowania. Poprzez indywidualne podejście do klienta oraz pracę w małej grupie, jesteśmy w stanie przekazać wiedzę w sposób szczegółowy i rzetelny oraz na bieżąco udzielać odpowiedzi na nurtujące Państwa pytania. Uczestnicy warsztatu mają do swojej dyspozycji profesjonalny sprzęt najwyższej jakości firmy ELECTROLUX oraz sprzęt firmy MERXTEAM. W Studiu znajduje się również część restauracyjna, w której uczestnicy mogą odpocząć podczas przerwy oraz skosztować przygotowane przez siebie dania. Dzięki wyposażeniu najwyższej klasy, jesteśmy w stanie zapewnić Państwu najwyższy standard szkolenia, a zdobyta podczas szkolenia wiedza, będzie miała przełożenie na jakość oraz smak przygotowywanych potraw.

### **AKADEMIA KULINARNA:**

Nasza Akademia Kulinarna powstała z pasji i chęci przekazania Wam wiedzy którą posiadamy. Akademia ma na celu „zrobić z Ciebie” prawdziwego szefa kuchni, któremu już żadna dziedzina nie będzie straszna. Poruszymy wiele tematów które przydadzą Ci się w Twoim kuchennym zaciszu. Od technik krojenia nożem skończywszy na deserach. Wszystkie z tematów będą skrupulatnie omawiane, jak i część teoretyczna tak i praktyczna. Część teoretyczna będzie się składała na wyjaśnieniu wszelkich zagadnień związanych z tematem warsztatów. Na część praktyczną będą składać się praktyczne informacje dotyczące przygotowywania danych potraw. Prowadzący zajęcia będzie pokazywał w jaki sposób przygotować dane potrawy oraz pomagał przy ich przygotowaniu. Akademia kończy się kreatywnym gotowaniem jako egzamin końcowy oraz uzyskaniem certyfikatu

**Koszt warsztatów:**

- Przy jednorazowej płatności: 1 790,-zł
- Przy płatności w dwóch ratach: jedna rata wynosi 990,-zł

**Zajęcia poprowadzi:**

*ADRIAN FELIKS - szef kuchni z kilkunastoletnim doświadczeniem. Swoją wiedzę zdobywał w Belgii, gdzie pracował między innymi pod okiem jednego z najlepszych szefów kuchni, Carlo Didden. Uczestnik wielu konkursów kulinarnych oraz juror konkursów gastronomicznych (certyfikaty dostępne na stronie [www.spoonkursy.pl](http://www.spoonkursy.pl) w zakładce „o mnie”). Współpracuje w wieloma restauracjami w zakresie doradztwa kulinarnego obejmującego m.in. kompleksowe przygotowanie lokalu do otwarcia, przygotowanie karty menu oraz organizując i przygotowując kolacje degustacyjne. Brał udział w II edycji programu Top Chef, w którym został wyróżniony stażem w Atelier Amaro przez jedyne w Polsce zdobywcę prestiżowej gwiazdki Michelin - Wojciecha Modesta Amaro. Swoimi daniami zachwycił również Ewę Wachowicz, która zaprosiła go do swojego programu "Ewa Gotuje".*

*Chef Adrian Feliks to wysokiej klasy specjalista, uwielbia gotować i poszukiwać nowych połączeń smakowych, entuzjasta kuchni regionalnych, niestrudzony poszukiwacz unikalnych, regionalnych produktów. Zdeklarowany zwolennik zdrowego, świadomego żywienia. Swoją pasją do gotowania zaraża wszystkich uczestników warsztatów, czym przyciąga coraz liczniejszą grupę osób zainteresowanych warsztatami, pokazami i spotkaniami kulinarnymi. Jest przy tym wesoły i bardzo komunikatywny.*

*ADAM KWISKA - Szef Kuchni naszego Studia. Były szef kuchni restauracji Cooler Food u Przemka Błaszczyka, podającej krowę od nosa do ogona. Współzałożyciel i wiceprezes Stowarzyszenia Art Gastronomia. Swoje doświadczenie i wiedzę zdobywał m.in. u boku Adriana Feliksa. Wyznaje zasadę: „żadnych półproduktów”. Uwielbia podróżować i odkrywać nowe smaki.*

*W przeszłości prowadził warsztaty z dziećmi, promując zdrowy tryb żywienia i świadomość kulinarną najmłodszych.*

**SPOTKANIE Nr 1**

<b>Temat szkolenia</b>	<b>TECHNIKI KROJENIA NOŻEM I ORGANIZACJA PRACY W KUCHNI</b>
<b>Termin szkolenia</b>	<b>11 wrzesień 2018r</b>
<b>Czas trwania szkolenia</b>	<b>około 4 godzin</b>
<b>Prowadzący</b>	<b>Adrian Feliks</b>
<b>Opis szkolenia</b>	<p>Praktyczne wykorzystanie noży w kuchni. Jaki nóż do czego? Jak dobrze naostrzyć noże? To podstawy które powinien znać każdy pasjonata gotowania. Jeżeli jeszcze ich nie znacie to my pokażemy wam jak dbać o ten niezbędny kuchenny tak aby służył nam przez długie lata..</p>
<b>Część teoretyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▸ dobór sprzętu kuchennego, w tym garnków, noży, deski do krojenia itp.</li><li>▸ zasady przechowywania żywności w lodówce i na jej półkach</li><li>▸ mrożenie i rozmrażanie produktów</li><li>▸ obróbka termiczna produktu, czyli co to jest smażenie, pieczenie, duszenia itp.</li><li>▸ techniki ostrzenia noży</li><li>▸ techniki krojenia nożem: Batonnet, Juliana, Brunoise, Macedoine</li></ul>
<b>Część praktyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▸ Juliana - sałatka z warzyw</li><li>▸ Brunoise - kaszotto z warzywami</li><li>▸ Batonnet - pieczone warzywa z sosem ziołowym</li><li>▸ Macedoine - makaron z warzywami i pesto ziołowym</li></ul>

**SPOTKANIE Nr 2**

<b>Temat szkolenia</b>	<b>BULIONY, ZUPY, KREMY I WYWARY</b>
<b>Termin szkolenia</b>	<b>25 wrzesień 2018r</b>
<b>Czas trwania szkolenia</b>	<b>około 4 godzin</b>
<b>Prowadzący</b>	<b>Adam Kwiska</b>
<b>Opis szkolenia</b>	<p>Nauczymy się jak przygotowywać różnego rodzaju zupy, kremy, wywary oraz buliony, czyli wszystkie dania w płynie, które nie raz ratowały nas od głodu. Zupy od wieków goszczą na naszych stołach. My zmienimy tradycyjną zupę w nowoczesne danie. Bulion natomiast stanowi podstawę wielu dań, a my dowiemy się jak go zabezpieczyć, aby zawsze był pod ręką. Dzięki temu wyczarujecie pyszne danie w 15 minut.</p>
<b>Część teoretyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ czym zagęścić zupę?</li><li>▶ klarowanie oraz szumowanie bulionu</li><li>▶ dlaczego palimy cebulę do bulionu?</li><li>▶ dobór ilości składników, w celu uzyskania idealnego bulionu</li><li>▶ jakie warzywa wybieramy do zupy kremu?</li><li>▶ dlaczego krem, a nie bulion?</li><li>▶ kremy z pieczonych warzyw</li><li>▶ dobry wywar podstawą dobrej zupy</li><li>▶ czym różni się bulion od wywaru?</li></ul>
<b>Część praktyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ żurek z białą kiełbasą</li><li>▶ krem z soczewicy i pomidorów</li><li>▶ rosół królewski z makaronem naleśnikowym</li><li>▶ kwaśnica z żeberkiem</li><li>▶ krem z pora z faccją</li></ul>

**SPOTKANIE Nr 3**

<b>Temat szkolenia</b>	<b>MĄKA</b>
<b>Termin szkolenia</b>	<b>23 październik 2018r</b>
<b>Czas trwania szkolenia</b>	<b>około 4 godzin</b>
<b>Prowadzący</b>	<b>Adrian Feliks</b>
<b>Opis szkolenia</b>	<p>Dowiecie się wszystkiego o potrawach mącznych, o ich rodzajach oraz o tym czy zawierają gluten. Dowiecie się również jak przygotować idealne naleśniki, pancakes oraz pierogi.</p>
<b>Część teoretyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ rodzaje mąki</li><li>▶ pieczywo domowe</li><li>▶ doskonałe naleśniki i pancakes</li><li>▶ czym zastąpić mąkę pszenną?</li><li>▶ rodzaje makaronów</li><li>▶ tajniki idealnego ciasta na pierogi</li></ul>
<b>Część praktyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ bułki maślane</li><li>▶ spaghetti carbonara</li><li>▶ pierogi z mięsem</li><li>▶ tagliatelle ze szpinakiem i łososiem wędzonym</li><li>▶ naleśniki z owocami i twarogiem waniliowym</li></ul>

**SPOTKANIE Nr 4**

<b>Temat szkolenia</b>	<b>KASZE I RYŻ</b>
<b>Termin szkolenia</b>	<b>20 listopad 2017r</b>
<b>Czas trwania szkolenia</b>	<b>około 4 godzin</b>
<b>Prowadzący</b>	<b>Adam Kwiska</b>
<b>Opis szkolenia</b>	<p>Poznacie kasze znane od wieków, a dzisiaj zapomniane. Występowały w roli głównej na królewskich stołach – dziś przeżywają swój renesans. Sięgamy po nie coraz częściej świadomi ich wartości odżywczych i doceniając ich walory smakowe. Na warsztatach odkryjemy je znowu w nowej roli.</p> <p>Ryż natomiast to drobne ziarenka, które są niezwykle uniwersalnym produktem spożywczym i pozwalają na wiele niekonwencjonalnych zastosowań w kuchni. Dzięki wyjątkowym walorom zdrowotnym stoją na straży dobrego zdrowia i samopoczucia.</p> <p>Kasze i ryże dostarczają naszemu organizmowi dużą dawkę energii i nie tylko te gotowane w woreczku.</p>
<b>Część teoretyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ rodzaje kasz</li><li>▶ dlaczego warto jeść kaszę?</li><li>▶ kasza jako danie główne oraz dodatek</li><li>▶ czy znajdziemy kaszę w deserze?</li><li>▶ rodzaje ryżu</li><li>▶ podział ryżu</li><li>▶ wykorzystanie ryżu w przetworach i deserach</li></ul>
<b>Część praktyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ kaszotto z warzywami i szarpaną karkówką</li><li>▶ frytki z polenty z dipem</li><li>▶ paella z owocami morza</li><li>▶ styr frie z tofu i warzywami</li><li>▶ ciecierzycy z cukinią i pomidorami</li></ul>



**SPOTKANIE Nr 5**

<b>Temat szkolenia</b>	<b>SOSY</b>
<b>Termin szkolenia</b>	<b>11 grudzień 2018r</b>
<b>Czas trwania szkolenia</b>	<b>około 4 godzin</b>
<b>Prowadzący</b>	<b>Adam Kwiska</b>
<b>Opis szkolenia</b>	<p>Sosy są cennym dodatkiem do wielu potraw, zarówno przystawek, drugich dań obiadowych, jak i deserów. Zastępują one brakujące składniki odżywcze, podnoszą smak i wygląd potraw oraz poprawiają ich konsystencję.</p>
<b>Część teoretyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ rodzaje sosów</li><li>▶ sztuka doboru odpowiedniego sosu do potrawy</li><li>▶ przechowywanie sosów</li><li>▶ sos jako kropka nad i w daniu</li><li>▶ tajniki zagęszczania sosów</li></ul>
<b>Część praktyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ sos bearnese</li><li>▶ sos puttanesca</li><li>▶ sos śliwkowy</li><li>▶ sos z pesto z suszonego pomidora</li><li>▶ majonez wasabi</li><li>▶ salsa z grillowanych warzyw</li></ul>



**SPOTKANIE Nr 6**

<b>Temat szkolenia</b>	<b>DRÓB I WIEPRZOWINA</b>
<b>Termin szkolenia</b>	<b>15 styczeń 2019r</b>
<b>Czas trwania szkolenia</b>	<b>około 4 godzin</b>
<b>Prowadzący</b>	<b>Adam Kwiska</b>
<b>Opis szkolenia</b>	<p>Podczas warsztatów dowiedzie się między innymi, jak rozebrać i wytrybować kurczaka. Przedstawimy porady praktyczne dotyczące jego zakupu oraz przyrządzania. Zobaczycie również różnice pomiędzy kurczakiem „ze sklepu”, a tym zakupionym u hodowcy.</p> <p>Wieprzowina jak wiadomo od dawna to najbardziej popularne mięso, które gości w naszej kuchni. Po warsztatach z nami już nigdy nie podasz suchego i twardego schabowego, a docenisz walory smakowe polędwiczki czy żeberka.</p> <p>Największą zaletą mięsa wieprzowego jest to, iż zaspokaja dwie najważniejsze potrzeby naszego organizmu czyli dostarcza białko oraz tłuszcze. Ponadto stanowi bardzo cenne źródło witamin i minerałów.</p>
<b>Część teoretyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ podział tuszy wieprzowej</li><li>▶ dobór odpowiedniej części wieprzowiny</li><li>▶ magazynowanie mięsa</li><li>▶ rozbiór drobiu</li><li>▶ odpowiednie wykorzystanie części drobiu</li></ul>
<b>Część praktyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ pierś kurczaka nadziewana serem pleśniowym</li><li>▶ skrzydełka panierowane</li><li>▶ szaszłyki drobiowe</li><li>▶ polędwica wieprzowa w sosie camembert</li><li>▶ schabowy w sosie piwnym</li><li>▶ wieprzowe ragout z polentą</li></ul>

**SPOTKANIE Nr 7**

<b>Temat szkolenia</b>	<b>WOŁOWINA I DZICZYŻNA</b>
<b>Termin szkolenia</b>	<b>5 luty 2019r</b>
<b>Czas trwania szkolenia</b>	<b>około 4 godzin</b>
<b>Prowadzący</b>	<b>Adrian Feliks</b>
<b>Opis szkolenia</b>	<p>Dowiecie się gdzie kupować i na co zwracać uwagę przy zakupie wołowiny. Poznacie wszystkie tajemnice mięsa wołowego, najlepsze połączenia smakowe oraz tajniki związane z jego obróbką. Również stopnie wysmażenia steka nie będą już Wam sprawiać większego problemu.</p> <p>Dziczyżna to mięso w Polsce dość rzadko spożywane, głównie przez słabą jego dostępność oraz wygórowaną cenę.</p> <p>Dziczyżna natomiast jest bardzo zdrowym i smacznym mięsem, ponieważ zwierzęta dzikie żywią się naturalnie, bez dodatku paszy i hormonów wzrostowych obecnych u zwierząt hodowlanych..</p>
<b>Część teoretyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ podział tuszy wołowej</li><li>▶ porównanie mięs dojrzewających i zwykłych</li><li>▶ jak wybrać i gdzie kupić dobrą wołowinę</li><li>▶ dobór odpowiednich części tuszy do dań</li><li>▶ rodzaje dziczyżny</li><li>▶ jak wybrać i gdzie kupić dziczyżnę</li><li>▶ czy przygotowanie dań z dziczyżny jest trudne?</li></ul>
<b>Część praktyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ steaki z antrykotu</li><li>▶ tacos z siekaną wołowiną</li><li>▶ steak tartar z frytkami</li><li>▶ burger z dzika</li><li>▶ żeberka z dzika</li><li>▶ gulasz z jelenia z kotlecikami z kaszy</li></ul>

**SPOTKANIE Nr 8**

<b>Temat szkolenia</b>	<b>RYBY I OWOCE MORZA</b>
<b>Termin szkolenia</b>	<b>5 marzec 2017r</b>
<b>Czas trwania szkolenia</b>	<b>około 4 godzin</b>
<b>Prowadzący</b>	<b>Adrian Feliks</b>
<b>Opis szkolenia</b>	<p>Ryba jest nieodzownym produktem wszystkich kuchni świata i również w Polsce też jest doceniana. Pojawia się na naszych stołach w różnych postaciach.</p> <p>Owoce morza natomiast mają wysoką zawartość odżywczą. Wymieniając ich zalety nie można nie wspomnieć, że są źródłem, jodu tak ważnym w diecie każdego z nas , a także selenu i fluoru. Utało się, że owoce morza to ekskluzywna kuchnia, która nie jest dla każdego. My obalimy ten mit.</p>
<b>Część teoretyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ podział ryb</li><li>▶ filetowanie ryb</li><li>▶ jak poznać świeżą rybę oraz owoce morza</li><li>▶ obróbka termiczna owoców morza</li><li>▶ podział i rodzaje owoców morza</li></ul>
<b>Część praktyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ pstrąg w soli morskiej</li><li>▶ dorsz pod kruszonką ziołową</li><li>▶ łosoś w sosie szpinakowym</li><li>▶ krewetki w maśle czosnkowym</li><li>▶ ostrygi w tempurze</li><li>▶ tagliatelle z omułkami i chorizo</li></ul>

**SPOTKANIE Nr 9**

<b>Temat szkolenia</b>	<b>DESERY</b>
<b>Termin szkolenia</b>	<b>9 kwiecień 2019r</b>
<b>Czas trwania szkolenia</b>	<b>około 4 godzin</b>
<b>Prowadzący</b>	<b>Adrian Feliks</b>
<b>Opis szkolenia</b>	<p>Słodkie desery to uczta smaków dla niejednego łasucha. Nawet nie posiadając cukierniczych umiejętności, z dobrym przepisem jesteś w stanie przygotować słodką niespodziankę. Galaretki, musy czekoladowe, pływające owoce, bezy, pralinki, marcepanowe kartofelki - możliwości jest wiele, dlatego desery nigdy się nie nudzą.</p>
<b>Część teoretyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ tajemnica idealnego biszkoptu</li><li>▶ rodzaje bez: sucha i mokra</li><li>▶ rodzaje czekolady</li><li>▶ tajemnice ciast kruchych, francuskich i półkruchych</li></ul>
<b>Część praktyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ tarta z budyniem i owocami</li><li>▶ babka pomarańczowa</li><li>▶ sernik z bezą</li><li>▶ mus czekoladowy</li><li>▶ rolada z biszkoptu z owocami</li></ul>

**SPOTKANIE Nr 10**

<b>Temat szkolenia</b>	<b>KREATYWNE GOTOWANIE JAKO EGZAMIN SPRAWDZAJĄCY</b>
<b>Termin szkolenia</b>	<b>14 maj 2019r</b>
<b>Czas trwania szkolenia</b>	<b>około 4 godzin</b>
<b>Prowadzący</b>	<b>Adrian Feliks i Adam Kwiska</b>
<b>Opis szkolenia</b>	<p>To już ostatnie spotkanie z uczestnikami naszej akademii kulinarnej. Życzymy miłej i smacznej zabawy podczas kreatywnego gotowania. <b>POWODZENIA ;-)</b></p>
<b>Część praktyczna</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>▶ gotowanie w parach na przygotowanych przez Szefa Adriana zestawach produktów</li><li>▶ produkty będą takie same dla każdej pary</li><li>▶ każda para przygotowuje główne danie i deser</li><li>▶ oczywiście, będzie można korzystać z notatek i przepisów sporządzonych, otrzymanych w czasie akademii</li></ul> <p><b>I pozostało nam już tylko KREATYWNE GOTOWANIE ;-)</b></p>
<b>Niespodzinka</b>	<p>Na degustację przygotowanych dań, każdy z uczestników akademii będzie mógł zaprosić <u>jedną osobę !!!</u></p>