

## Project DILABS – Ref. Erasmus+ : 2016-1-FR01-KA204-023952

FILMING IN THE KITCHEN OF INTERMARCHÉ - MARCH 13, 2018, 9.00h

### General Activities / General activities

1. Consulting service on Mondays, collaborating with the Intermarché kitchen staff in the preparation of the hot dishes on the Take Away line.

2. Confirmation of the dishes of the day:

- Vegetarian

- Traditional Fish

- Traditional Meat

- Asian

- 3 side dishes / accompaniments

3. Orientation in the preparation of the dishes;

4. Technical assistance in the preparation of dishes

5. Specific tasks of food confection:

- Cut (only vegetables, meat and fish are cut and properly arranged from different sections: fishmonger / butchery / delicatessen)

Specific techniques: Guisar-Stew; Estufar-Brased; Assar-Roast; Confitar-Confit; Skip-Sauted; Bake-Boiled.

Privilege to use aromatic herbs and spices, using less amounts of salt.

Notes on HCCP: good practices in food handling, hygiene and safety, custody and handling.

March 8, 2018

Augusto Lima

and

Maria Clara Rato

## Project DILABS – Ref. Erasmus+ : 2016-1-FR01-KA204-023952

### FILMAGEM NA COZINHA DO INTERMARCHÉ - 13 MARÇO 2018, 9.00h

#### Atividades Gerais/ General activities

1. Serviço de consultadoria às 3<sup>as</sup> feiras, colaborando com os funcionários da cozinha do Intermarché na elaboração dos pratos quentes na linha *Take Away*.

2. Confeção de pratos do dia:

- Vegetariano
- Tradicional de Peixe
- Tradicional de Carne
- Asiático
- 3 acompanhamentos

3. Orientação na preparação dos pratos;

4. Ajuda técnica na confeção dos pratos

5. Tarefas Específicas de confeção:

- Cortar (apenas os vegetais, as carnes e peixes vêm cortados e devidamente arranjados das diferentes secções: peixaria/talho /charcutaria)

Técnicas específicas: Guisar-Stew; Estufar-Brased; Assar-Roast; Confitar-Confiter; Saltear-Sauted; Cozer-Boiled.

Privilégio de uso de ervas aromáticas e especiarias, recorrendo a menos quantidades.

Apontamentos sobre o HCCP : boas práticas na manipulação dos alimentos, higiene e segurança, guarda e manipulação.

8 de março de 2018

Augusto Lima

e

Maria Clara Rato