Opositando

Cocina y Pastelería

Volumen práctico

30 de octubre de 2026

Síguenos en Instagram y entérate de nuestras últimas actualizaciones:

opositando.shop

Índice

1. Bloque 1: Planificación operativa de áreas, equipos, aprovisionamiento y flujos de producción . . . 1
   - 1.1 Ejercicio 1 . . . 1
   - 1.2 Ejercicio 2 . . . 7
   - 1.3 Ejercicio 3 . . . 13
   - 1.4 Ejercicio 4 . . . 23
   - 1.5 Ejercicio 5 . . . 28
   - 1.6 Ejercicio 6 . . . 36
   - 1.7 Ejercicio 7 . . . 43
   - 1.8 Ejercicio 8 . . . 48
   - 1.9 Ejercicio 9 . . . 54
   - 1.10 Ejercicio 10 . . . 64
   - 1.11 Ejercicio 11 . . . 68
   - 1.12 Ejercicio 12 . . . 73
   - 1.13 Ejercicio 13 . . . 79
2. Bloque 2: Identificación, selección y aplicación gastronómica de materias primas . 85
   - 2.1 Ejercicio 14 . . . 85
   - 2.2 Ejercicio 15 . . . 91
   - 2.3 Ejercicio 16 . . . 98
   - 2.4 Ejercicio 17 . . . 104
   - 2.5 Ejercicio 18 . . . 110
   - 2.6 Ejercicio 19 . . . 116
   - 2.7 Ejercicio 20 . . . 120
   - 2.8 Ejercicio 21 . . . 126
   - 2.9 Ejercicio 22 . . . 134
   - 2.10 Ejercicio 23 . . . 139
   - 2.11 Ejercicio 24 . . . 145
   - 2.12 Ejercicio 25 . . . 152
   - 2.13 Ejercicio 26 . . . 156
3. Bloque 3: Análisis nutricional y diseño de dietas adaptadas . . . 161
   - 3.1 Ejercicio 27 . . . 161
   - 3.2 Ejercicio 28 . . . 168
   - 3.3 Ejercicio 29 . . . 173
   - 3.4 Ejercicio 30 . . . 179
   - 3.5 Ejercicio 31 . . . 186

3.6 Ejercicio 32 . . . 190
3.7 Ejercicio 33 . . . 197
3.8 Ejercicio 34 . . . 204
3.9 Ejercicio 35 . . . 210
3.10 Ejercicio 36 . . . 216
3.11 Ejercicio 37 . . . 223
3.12 Ejercicio 38 . . . 229
3.13 Ejercicio 39 . . . 235
4. Bloque 4: Control higiénico-sanitario, conservación, trazabilidad y calidad de elaboraciones . . . 241
4.1 Ejercicio 40 . . . 241
4.2 Ejercicio 41 . . . 246
4.3 Ejercicio 42 . . . 253
4.4 Ejercicio 43 . . . 262
4.5 Ejercicio 44 . . . 265
4.6 Ejercicio 45 . . . 273
4.7 Ejercicio 46 . . . 280
4.8 Ejercicio 47 . . . 284
4.9 Ejercicio 48 . . . 291
4.10 Ejercicio 49 . . . 299
4.11 Ejercicio 50 . . . 304
4.12 Ejercicio 51 . . . 309
4.13 Ejercicio 52 . . . 319
5. Bloque 5: Preelaboración y aplicación de técnicas culinarias según el producto . . . 324
5.1 Ejercicio 53 . . . 324
5.2 Ejercicio 54 . . . 330
5.3 Ejercicio 55 . . . 337
5.4 Ejercicio 56 . . . 342
5.5 Ejercicio 57 . . . 349
5.6 Ejercicio 58 . . . 357
5.7 Ejercicio 59 . . . 363
5.8 Ejercicio 60 . . . 369
5.9 Ejercicio 61 . . . 376
5.10 Ejercicio 62 . . . 380
5.11 Ejercicio 63 . . . 387
5.12 Ejercicio 64 . . . 395
6. Bloque 6: Elaboración, adaptación y acabado de preparaciones culinarias básicas y complementarias . . . 399
6.1 Ejercicio 65 . . . 399
6.2 Ejercicio 66 . . . 405
6.3 Ejercicio 67 . . . 412
6.4 Ejercicio 68 . . . 417
6.5 Ejercicio 69 . . . 423

6.6 Ejercicio 70 . . . 430
6.7 Ejercicio 71 . . . 436
6.8 Ejercicio 72 . . . 442
6.9 Ejercicio 73 . . . 450
6.10 Ejercicio 74 . . . 454
6.11 Ejercicio 75 . . . 461
6.12 Ejercicio 76 . . . 469
7. Bloque 7: Elaboración de productos de pastelería, repostería y panadería . . . 473
7.1 Ejercicio 77 . . . 473
7.2 Ejercicio 78 . . . 481
7.3 Ejercicio 79 . . . 489
7.4 Ejercicio 80 . . . 494
7.5 Ejercicio 81 . . . 500
7.6 Ejercicio 82 . . . 510
7.7 Ejercicio 83 . . . 514
7.8 Ejercicio 84 . . . 521
7.9 Ejercicio 85 . . . 532
7.10 Ejercicio 86 . . . 536
7.11 Ejercicio 87 . . . 542
7.12 Ejercicio 88 . . . 549
8. Bloque 8: Diseño de ofertas, presentación comercial y servicio de elaboraciones gastronómicas . . . 553
8.1 Ejercicio 89 . . . 553
8.2 Ejercicio 90 . . . 561
8.3 Ejercicio 91 . . . 569
8.4 Ejercicio 92 . . . 573
8.5 Ejercicio 93 . . . 581
8.6 Ejercicio 94 . . . 590
8.7 Ejercicio 95 . . . 594
8.8 Ejercicio 96 . . . 602
8.9 Ejercicio 97 . . . 610
8.10 Ejercicio 98 . . . 615
8.11 Ejercicio 99 . . . 621
8.12 Ejercicio 100 . . . 630

1. Bloque 1: Planificación operativa de áreas, equipos, aprovisionamiento y flujos de producción

1.1 Ejercicio 1

Para una cocina profesional de producción diaria, determine la función de tres zonas básicas.

- Indique la finalidad de la zona de recepción.
- Describa la función principal de la zona de preparación.
- Explique el cometido de la zona de lavado.

Solución

Paso 1: Identificación y estrategia

El ejercicio se vincula principalmente con el **Tema 1**, referido a las instalaciones y zonas de cocina, y se relaciona también con los Temas 14, 15, 42, 43 y 64, sobre recepción y almacenamiento, aprovisionamiento, seguridad e higiene y flujos de producción.

No se solicita describir maquinaria concreta ni diseñar la cocina completa. Se pide determinar la **función** de tres zonas básicas de una cocina profesional de producción diaria: recepción, preparación y lavado. Por tanto, la respuesta debe explicar qué operaciones se realizan en cada espacio, qué finalidad persiguen y por qué su correcta separación resulta necesaria.

La estrategia adecuada consiste en identificar cada zona dentro del recorrido lógico de las materias y útiles en una cocina profesional. Los géneros entran por recepción; después pasan, según su naturaleza, a almacenamiento o a preparación; los utensilios y equipos usados terminan en lavado para recuperar condiciones higiénicas de uso. En cada caso conviene relacionar la función de la zona con tres objetivos: **control de calidad y seguridad alimentaria**, **eficiencia organizativa** y **prevención de contaminaciones cruzadas**.

Paso 2: Resolución razonada

Finalidad de la zona de recepción

La **zona de recepción** es el área destinada a recibir los géneros, materias primas, bebidas, envases y demás suministros procedentes de los proveedores. Su finalidad esencial es comprobar que todo lo recibido coincide con lo solicitado y cumple las condiciones de calidad, cantidad, temperatura, higiene y documentación exigibles antes de que sea aceptado e introducido en el establecimiento.

La recepción es, por tanto, un **punto de control**. No debe entenderse como un simple lugar de descarga. En ella se evita que entren en la cocina productos no conformes, deteriorados, conta-

minados, con temperatura inadecuada, con fecha insuficiente de consumo o sin una identificación y trazabilidad correctas.

Durante la recepción se realizan, de forma razonada, las siguientes comprobaciones:

- Se contrasta el pedido entregado con el albarán, la hoja de pedido o el documento de compra: proveedor, producto, formato, número de unidades y peso.
- Se verifica el estado externo de los envases y embalajes. No deben presentar roturas, suciedad, golpes que comprometan el producto, abombamientos, fugas, oxidación u otras alteraciones.
- Se aprecia la calidad organoléptica cuando proceda: aspecto, color, olor, grado de frescura, madurez o calibre. Por ejemplo, un pescado fresco debe presentar signos de frescura y unas hortalizas deben carecer de podredumbres o daños importantes.
- Se controla la temperatura de los productos refrigerados y congelados, porque una ruptura de la cadena de frío incrementa el riesgo microbiológico y deteriora la calidad. Los productos refrigerados deben llegar a la temperatura adecuada para su categoría y los congelados deben mantenerse congelados, sin signos de descongelación y recongelación, como escarcha anormal, deformaciones o líquido exudado.
- Se revisan la fecha de caducidad o de duración mínima, el lote, el etiquetado y la información necesaria para garantizar la trazabilidad y una correcta rotación posterior.
- Se acepta, registra y traslada rápidamente el producto conforme a su almacén, cámara o zona de uso. Si no cumple los criterios establecidos, se rechaza o se deja identificado y segregado como producto no conforme, siguiendo el procedimiento interno.

La zona de recepción debe situarse próxima al acceso de mercancías y separada de las áreas limpias de elaboración. Su diseño debe facilitar la descarga, la inspección, el pesado si fuera necesario, el registro documental y la retirada de embalajes exteriores. Esta proximidad reduce recorridos, pero la separación evita que la suciedad del transporte, los cartones, los palés o los envases externos introduzcan contaminación en las zonas de producción.

En síntesis, la finalidad de la recepción es **aceptar únicamente materias primas aptas y verificadas, documentar su entrada y dirigirlas con rapidez al almacenamiento o a la producción, manteniendo la seguridad alimentaria desde el primer momento**.

Función principal de la zona de preparación

La **zona de preparación**, también denominada zona de preelaboración, tiene como función principal transformar las materias primas recibidas y almacenadas en productos aptos, limpios, porcionados y preparados para su posterior elaboración culinaria o pastelera.

Es una fase intermedia entre el almacenamiento y la cocción, el acabado o el montaje. En ella no se busca todavía obtener necesariamente el plato terminado; se busca dejar cada género en las condiciones requeridas por la ficha técnica o por la elaboración que se va a realizar.

La preparación comprende operaciones como el lavado y desinfección de vegetales cuando proceda, pelado, raspado, deshojado, selección, troceado, corte, despiece, desespinado, eviscerado, deshuesado, porcionado, pesado, descongelación controlada, adobo o marinado, según el tipo de alimento y el sistema de trabajo de la cocina.

Su importancia se comprende analizando sus finalidades:

- **Adecuación culinaria:** cada alimento se prepara con el corte, tamaño, limpieza y porción necesarios para que la técnica culinaria posterior produzca un resultado uniforme. Una brunoise, unas rodajas, unos filetes o unas raciones deben responder a la elaboración prevista.
- **Rendimiento y control de costes:** la limpieza y el despiece permiten separar partes aprovechables y mermas. El porcionado y pesado aseguran regularidad entre raciones y facilitan el control de consumos.
- **Organización del trabajo:** preparar previamente las materias permite atender el servicio con rapidez, mantener una secuencia productiva lógica y distribuir tareas entre partidas o puestos.
- **Seguridad e higiene:** la manipulación debe realizarse evitando contaminaciones cruzadas, especialmente entre alimentos crudos y alimentos listos para el consumo. Han de utilizarse superficies, utensilios y recipientes limpios; mantener la separación de productos; retirar residuos con frecuencia; y respetar el control de tiempo y temperatura.

En una cocina correctamente organizada, la zona de preparación puede disponer de sectores o mesas diferenciadas para vegetales, pescados, carnes y aves, según el volumen de producción y el riesgo sanitario. Esta separación es especialmente relevante porque un alimento crudo puede contener microorganismos que no deben transferirse a vegetales ya lavados, elaboraciones cocinadas o alimentos de consumo directo.

La preparación también exige una gestión correcta de residuos. Las pieles, espinas, huesos, vísceras, recortes no aprovechables y envases deben retirarse de forma frecuente a recipientes adecuados, con el fin de conservar el orden, impedir malos olores, evitar plagas y no obstaculizar el trabajo.

Por tanto, la función principal de esta zona es **preelaborar las materias primas con criterios de técnica culinaria, rendimiento, orden e higiene, dejándolas listas para las fases posteriores de producción**.

Cometido de la zona de lavado

La **zona de lavado** tiene por cometido recoger, clasificar, limpiar, desinfectar cuando corresponda, aclarar, secar y almacenar la batería, utensilios, vajilla, recipientes y equipos desmontables empleados durante la producción y el servicio. Su objetivo es que todo el material vuelva a estar en condiciones higiénicas y funcionales para un nuevo uso.

Esta zona forma parte del circuito de retorno de los útiles sucios. No debe confundirse con el lavado de hortalizas u otros alimentos: el lavado de útiles y vajilla se realiza en esta área específica,

mientras que la limpieza de materias primas vegetales pertenece a la zona de preparación, en un punto destinado a ello.

El proceso básico de lavado responde a una secuencia lógica:

- Se retiran restos sólidos de alimentos, que se depositan en los recipientes de residuos establecidos. Esta operación reduce la suciedad que llega a las cubas, evita atascos y mejora la eficacia del lavado.
- Se clasifican los elementos según su naturaleza y suciedad: vajilla, cristalería, cubertería, recipientes, utensilios y batería de cocina. La clasificación permite aplicar el método y equipo apropiados y disminuye roturas.
- Se realiza el lavado manual o mecánico con agua, detergente, acción mecánica y la temperatura adecuada al equipo y al producto utilizado. En cocinas profesionales son habituales los lavavajillas y trenes de lavado para vajilla, así como las zonas de fregado manual para ollas, sartenes, placas y utensilios de mayor tamaño.
- Se aclara para eliminar restos de detergente y suciedad desprendida. En los equipos automáticos, el aclarado final a temperatura suficiente contribuye a la higienización.
- Se deja escurrir o secar de manera higiénica, evitando paños sucios que puedan recontaminar el material. Finalmente, se almacena en estanterías, armarios o zonas limpias y protegidas.

El lavado no persigue únicamente una buena apariencia. Una superficie aparentemente limpia puede conservar restos orgánicos y microorganismos si el procedimiento ha sido deficiente. Por ello, el cometido real de esta zona es asegurar la **limpieza e higiene operativa** de todos los útiles, cortar posibles vías de contaminación y garantizar que la producción siguiente dispone de material seguro y disponible.

Además, debe ubicarse de modo que reciba el material sucio sin cruzarse con alimentos limpios, elaboraciones terminadas o utensilios ya higienizados. La separación de circuitos de sucio y limpio es un criterio esencial de diseño higiénico: impide que restos de comida, aerosoles, agua residual o manipulaciones de útiles usados contaminen zonas de producción.

En conclusión, el cometido de la zona de lavado es **gestionar el material sucio y devolverlo, tras un proceso de limpieza e higienización, al circuito limpio de la cocina, evitando contaminaciones cruzadas y asegurando la continuidad del servicio**.

Paso 3: Claves para el examen

En ejercicios sobre zonas de cocina, el opositor debe contestar con precisión funcional. No basta con escribir que en recepción "llegan alimentos", que en preparación "se cocina" o que en lavado "se friega". Cada respuesta debe indicar la finalidad profesional de la zona y las operaciones que justifican esa finalidad.

Un error frecuente es confundir **preparación** con **cocción**. La preparación o preelaboración acondiciona materias primas; la cocción y el acabado se desarrollan habitualmente en la zona caliente, zona de producción o partida correspondiente. Puede haber elaboraciones frías en preparación, pero su función característica es el acondicionamiento previo del género.

También es habitual confundir el lavado de vajilla y batería con el lavado de alimentos. Conviene dejar explícito que la zona de lavado se destina al material empleado, mientras que los vegetales se lavan y, si procede, se desinfectan dentro del proceso de preelaboración, en instalaciones adecuadas y separadas del material sucio.

Otro fallo consiste en enumerar maquinaria sin explicar la función. Si el enunciado pregunta por la función, los equipos solo deben citarse como apoyo y no sustituir la explicación. Por ejemplo, puede mencionarse el lavavajillas para ilustrar el lavado, pero la idea evaluable es recuperar útiles limpios e higienizados y evitar cruces entre circuitos.

Para obtener una respuesta sólida, conviene aplicar en cada zona esta pauta de redacción:

- Definir qué entra o qué se manipula en ese espacio.
- Explicar las operaciones principales que se realizan.
- Indicar el resultado que debe obtenerse.
- Relacionarlo con higiene, seguridad alimentaria, organización y prevención de contaminación cruzada.

La presentación debe ser ordenada, con un subtítulo por zona y un párrafo inicial que responda directamente a lo preguntado. Después se añaden las operaciones relevantes y la justificación higiénico-organizativa. Esta estructura permite al tribunal identificar de inmediato que se domina tanto la función de cada área como su integración en el proceso productivo.

Paso 4: Qué debes aprender

Debes dominar la organización de una cocina como un conjunto de áreas especializadas, en las que los productos, los utensilios y los residuos deben circular de forma ordenada y sin interferencias que comprometan la higiene o la eficacia.

La **recepción** controla y acepta las materias primas antes de su entrada: cantidad, calidad, estado, temperatura, fechas, etiquetado y documentación. Su resultado es la incorporación al establecimiento de géneros conformes, identificados y destinados rápidamente a almacenamiento o uso.

La **preparación** acondiciona las materias primas para la elaboración posterior: limpiar, seleccionar, cortar, despiece, porcionar, pesar o aplicar tratamientos previos. Su resultado es un producto correctamente preelaborado, homogéneo, seguro y adaptado a la técnica culinaria prevista.

La **zona de lavado** trata el material usado: retirada de residuos, clasificación, lavado, aclarado, secado y almacenamiento limpio. Su resultado es la disponibilidad de utensilios, batería y vajilla higienizados para volver al circuito de producción o servicio.

Finalmente, debes ser capaz de justificar siempre la separación de zonas mediante los principios de **marcha hacia delante**, diferenciación entre circuitos limpios y sucios, prevención de contaminaciones cruzadas, control de tiempos y temperaturas, y mantenimiento de la limpieza y del orden. Estos criterios permiten responder no solo a este ejercicio, sino a cualquier pregunta sobre distribución funcional, instalaciones y flujos de trabajo en cocina profesional.

1.2 Ejercicio 2

Un restaurante de 90 plazas prepara menús de mediodía y cenas a la carta. La mercancía llega por una puerta próxima al acceso de clientes y debe atravesar parcialmente la partida caliente para llegar a las cámaras. Los residuos se retiran por ese mismo recorrido durante el servicio. El jefe de cocina pretende reorganizar los circuitos sin ampliar la superficie disponible. Dispone de una zona de recepción, almacén seco, cámaras, cuarto de limpieza, partida fría, partida caliente, pase y office. El objetivo es reducir cruces entre alimentos sin tratar, elaboraciones terminadas, personal y desperdicios.

Explique una redistribución funcional de los flujos de materias primas, elaboraciones y residuos, justificando las prioridades higiénicas y operativas.

Solución

Paso 1: Identificación y estrategia

El supuesto plantea un problema de **organización espacial y funcional de una cocina**. No solicita diseñar una cocina nueva ni calcular superficies, sino reorganizar, sin ampliar el local, los **circuitos de circulación** para impedir o reducir los cruces entre cuatro flujos incompatibles: materias primas sin tratar, elaboraciones ya terminadas, personal y residuos.

Los contenidos que deben movilizarse proceden principalmente de los temas relativos a instalaciones y zonas de cocina, recepción y almacenamiento, producción culinaria, seguridad alimentaria e higiene. La idea central es que la distribución debe favorecer una marcha progresiva desde la entrada de mercancías hasta el consumo, evitando que un producto limpio o cocinado vuelva a compartir espacio, útiles, tiempos o recorridos con un producto sucio, crudo o de desecho.

El caso contiene tres deficiencias iniciales especialmente relevantes:

- La mercancía entra cerca del acceso de clientes, lo que afecta a la imagen del establecimiento, a la seguridad y a la separación entre circuitos de servicio y de abastecimiento.
- Para alcanzar las cámaras, los productos deben atravesar parcialmente la partida caliente. Esto crea interferencias entre recepción, alimentos crudos, personal de producción y elaboraciones en cocción o listas para pasar.
- Los residuos salen por el mismo recorrido y durante el servicio. Es el riesgo más grave: los desperdicios pueden contaminar alimentos, carros, envases, equipos, manos y superficies, además de obstaculizar el trabajo en el momento de mayor actividad.

La estrategia correcta consiste en analizar cada flujo por separado, establecer qué contactos son inadmisibles y, después, redistribuir usos, horarios, accesos y sentido de circulación. Cuando no puede modificarse el perímetro del establecimiento, la solución no tiene por qué consistir en grandes obras: puede basarse en **sectorizar**, reasignar estancias, crear accesos internos controlados, usar recorridos en distinto horario y aplicar procedimientos de limpieza y control.

Paso 2: Resolución razonada

Principios que justifican la redistribución

La cocina debe funcionar conforme al principio de **marcha hacia delante**. Las materias primas avanzan desde la recepción al almacenamiento, de este a la preelaboración, después a la elaboración y, finalmente, al pase. Las elaboraciones terminadas deben ir desde las partidas al pase y al comedor sin regresar hacia zonas de recepción, lavado o residuos.

Esta regla no significa que todo recorrido deba ser perfectamente lineal, algo difícil en locales ya construidos. Significa que se deben evitar los encuentros entre procesos con distinto nivel higiénico. La prioridad de separación es la siguiente:

- Separar residuos de alimentos, especialmente de alimentos listos para el consumo.
- Separar alimentos crudos, en particular carnes, aves, pescados, huevos y hortalizas sin lavar, de productos cocinados, lavados o ya emplatados.
- Separar el lavado de vajilla y utensilios sucios de las zonas de producción y pase.
- Separar la circulación de proveedores y retirada de basura de la circulación de clientes y del servicio de platos terminados.
- Reducir los desplazamientos del personal y evitar que los pasillos se conviertan simultáneamente en áreas de almacenamiento, producción y tránsito.

La **partida caliente** ha de reservarse para operaciones de cocción, mantenimiento en caliente, regeneración y acabado inmediato. No puede ser un pasillo de abastecimiento. El tránsito de cajas, envases exteriores, carros de recepción o cubos de residuos a través de ella incrementa el riesgo de contaminación física, microbiológica y cruzada, además de provocar accidentes por choques, quemaduras y derrames.

Redistribución funcional propuesta

La intervención partiría de conservar las zonas disponibles, pero modificando su relación funcional. Se asignaría a la zona de recepción una función exclusiva de entrada, comprobación y primera clasificación de mercancías. La entrada próxima a clientes puede mantenerse por imposibilidad estructural, pero debe quedar visual y físicamente diferenciada del acceso público mediante una puerta opaca o mampara, señalización de uso profesional, cierre automático y un horario de recepción ajeno a los momentos de máxima afluencia de clientes.

La recepción no debe ser un área de almacenamiento. Allí se verifican proveedor, pedido, cantidad, estado de los envases, integridad, temperatura, fechas de duración mínima o caducidad, etiquetado y condiciones higiénicas del transporte. Una vez aceptada la mercancía, se retiran los embalajes exteriores innecesarios, especialmente cartón deteriorado, film sucio o cajas de transporte, antes de introducir el producto en las áreas limpias. Esta medida disminuye la carga de suciedad y facilita que el recorrido posterior sea higiénicamente seguro.

La modificación decisiva es crear una comunicación directa, o lo más directa posible, entre **recepción y almacén seco/cámaras**, de modo que se elimine el paso por partida caliente. Si

la geometría actual no permite una puerta nueva de obra, se puede reasignar una franja de paso existente o cambiar el uso de zonas contiguas. Por ejemplo, si el cuarto de limpieza ocupa la posición que mejor comunica recepción y conservación, puede trasladarse funcionalmente a un área interior menos estratégica, siempre que conserve ventilación, punto de agua, almacenamiento separado de productos químicos y posibilidad de limpieza. La zona liberada se destinaría a un pasillo técnico o antecámara de abastecimiento.

El criterio no es mantener el nombre original de cada local, sino colocar cada función donde reduzca cruces. Por ello, el **almacén seco y las cámaras** deben convertirse en el núcleo inmediatamente posterior a recepción. El almacén seco recibirá conservas, harinas, legumbres, bebidas, envases limpios y otros productos estables; las cámaras recibirán sin demoras los productos refrigerados y congelados. Se mantendrá la separación interna de familias de alimentos: productos listos para consumo y elaboraciones protegidas en estantes superiores; carnes y aves crudas en estantes inferiores y recipientes cerrados; pescados y mariscos separados; hortalizas sin lavar en un sector diferenciado. Nunca se almacenarán productos químicos junto a alimentos.

Desde almacenes y cámaras, el aprovisionamiento interno se hará hacia la partida fría y la partida caliente mediante pedidos internos y en cantidades ajustadas a cada servicio. La partida fría deberá situarse o funcionar como la zona más próxima a cámaras y al pase, porque maneja alimentos que con frecuencia se consumen sin tratamiento térmico posterior: ensaladas, postres fríos, aperitivos, preparaciones de cuarta gama o elaboraciones cocinadas enfriadas. Su prioridad sanitaria es máxima.

La partida caliente debe relacionarse con cámaras y almacén mediante un acceso de personal o un corredor interno de abastecimiento, pero no ser atravesada por la mercancía recién recibida. Así, un cocinero o ayudante retira los géneros ya almacenados, preelaborados cuando proceda y protegidos, para incorporarlos a la producción. Esta diferencia es importante: no es igual el traslado de una caja procedente del muelle o la calle que el aprovisionamiento interno en recipientes limpios, identificados y con cantidades controladas.

El **pase** debe constituir la frontera operativa entre producción y servicio. Recibirá exclusivamente platos terminados o elementos de acabado, nunca materias primas, embalajes, vajilla sucia ni residuos. Debe comunicarse directamente con la partida caliente y, cuando sea necesario, con la fría. Desde allí, el personal de sala recogerá los platos por un recorrido separado del retorno de vajilla usada. Si el espacio obliga a compartir parte del acceso, se establecerán carriles o bandas de circulación diferenciadas, señalizadas y con prioridad de paso para los platos terminados, evitando que carros de retorno coincidan con platos emplatados.

El **office** se organizará como circuito de retorno de material sucio desde el comedor. La vajilla usada entra directamente al office, donde se realiza el desbarasado, clasificación, lavado, secado y almacenamiento de material limpio. Debe impedirse que la vajilla sucia entre en las partidas de producción o se deposite junto al pase. El menaje limpio podrá volver a cocina por un acceso limpio o, si debe usar parcialmente el mismo entorno, después de haber sido almacenado protegido y evitando coincidencia temporal con el material sucio.

Circuito de residuos

Los residuos requieren un tratamiento independiente porque representan el extremo más sucio del proceso. En cada partida se dispondrán recipientes con tapa, apertura no manual cuando sea posible, bolsa interior y limpieza frecuente. Deben estar diferenciados para fracción orgánica, vidrio, envases, cartón y aceite usado cuando proceda. No obstante, esos recipientes son puntos de acumulación temporal: no deben llenarse en exceso ni permanecer abiertos.

La retirada interna de residuos no se realizará durante el pico de servicio salvo necesidad excepcional. Se programará antes de la mise en place, tras finalizar las principales preelaboraciones y al cierre o tras el descenso de actividad. La medida más eficaz es establecer una **ventana temporal exclusiva** para retirada de desperdicios, cuando no circulen alimentos ni platos terminados por el mismo tramo.

Idealmente, los residuos se conducirán desde las partidas y el office hacia un punto de acopio temporal ventilado, lavable, cerrado y separado de almacenes, cámaras y producción. Si no existe un cuarto de basuras independiente, debe reservarse una zona delimitada y protegida, preferiblemente próxima a la salida de servicio. El cuarto de limpieza no debe convertirse en almacén permanente de basura: contiene detergentes, desinfectantes y útiles de limpieza, y su uso simultáneo para residuos favorecería desorden, olores y contaminación.

Cuando la única puerta exterior disponible sea la próxima al acceso de clientes, esa puerta podrá seguir utilizándose para evacuación final de residuos, pero con condiciones estrictas: retirada en horarios sin entrada de proveedores, sin servicio de clientes y sin transporte de platos; uso de contenedores cerrados; recorrido corto; limpieza y desinfección inmediata de los carros o cubos empleados; y lavado de manos del personal antes de reincorporarse a cualquier tarea alimentaria. Si fuera posible habilitar una segunda salida de servicio mediante una puerta ya existente, aunque sea compartida con una zona no alimentaria, esa opción será preferible siempre que no genere otro cruce con alimentos limpios.

La coincidencia espacial solo es admisible de manera residual cuando se asegura una separación temporal y procedimental. En otras palabras, si un pasillo ha de ser usado tanto por abastecimiento como por retirada de residuos, primero se traslada la mercancía limpia en carros higienizados; después se limpia el recorrido; y la basura se evacua en otro momento, nunca a la vez. La separación física es preferible a la temporal, y esta es preferible a no establecer ninguna medida de control.

Organización del personal y de los tiempos

La redistribución será insuficiente si todo el personal usa indistintamente todos los recorridos. Deben asignarse responsabilidades. La recepción corresponde a una persona designada, habitualmente jefe de cocina, segundo jefe, responsable de economato o persona autorizada. Esta persona comprueba la mercancía y garantiza su traslado inmediato a conservación.

El personal de partida solicita el género mediante vale interno o procedimiento equivalente. El aprovisionamiento se realiza antes del servicio, durante la mise en place, y las reposiciones urgentes se efectúan por el recorrido técnico establecido. Así se evita que, durante el pase de mediodía o cena, ayudantes atraviesen zonas congestionadas con cajas, géneros crudos o carros.

Para un restaurante de 90 plazas, aunque la producción varíe según ocupación y complejidad de carta, es razonable fijar franjas diferenciadas para recepción, retirada de residuos, limpieza profunda y reposición. No es necesario aportar horas concretas si no las facilita el enunciado; lo importante es justificar que las operaciones incompatibles no coincidan. La recepción se programará preferentemente antes de la producción intensa; la retirada principal de residuos, después de la preelaboración y tras los servicios; y la limpieza y desinfección, tras cada operación sucia y al finalizar la jornada.

El personal que manipula residuos no debe pasar inmediatamente a manipular alimentos listos para consumo. Debe retirar guantes si los utiliza, lavar correctamente manos y antebrazos, cambiar delantal o uniforme contaminado cuando sea necesario y limpiar o desinfectar el carro y los útiles empleados. Los guantes no sustituyen al lavado de manos ni permiten pasar de una tarea sucia a una limpia.

Resultado funcional esperado

Tras la reorganización, el proceso de trabajo quedará gobernado por una secuencia higiénica: recepción controlada, almacenamiento inmediato, aprovisionamiento interno limpio, preelaboración y producción por partidas, pase exclusivo de platos terminados, servicio al comedor, retorno de vajilla al office y retirada de residuos por un circuito segregado física o temporalmente.

El resultado no consiste solo en cumplir una exigencia sanitaria. También mejora la operatividad: disminuyen desplazamientos inútiles, se reduce la congestión de la partida caliente, se minimizan accidentes por cruces de carros y personal, se protege la presentación de los platos y se facilita el control de temperaturas, existencias y limpieza. La redistribución, por tanto, responde simultáneamente a criterios de seguridad alimentaria, prevención de riesgos laborales, productividad y calidad percibida por el cliente.

Paso 3: Claves para el examen

En este tipo de supuesto conviene comenzar identificando los **flujos** y no describiendo de manera aislada cada local. El tribunal espera que el opositor detecte qué circula, desde dónde procede, adónde debe llegar y con qué no puede cruzarse. Una respuesta sólida utiliza expresiones como marcha hacia delante, separación entre circuito limpio y sucio, prevención de contaminación cruzada, sectorización, aprovisionamiento interno, separación física y, subsidiariamente, separación temporal.

Un error frecuente es limitarse a afirmar que hay que "evitar cruces" sin explicar cómo se evita cada uno. Hay que concretar la medida: traslado directo de recepción a cámaras, prohibición de atravesar la partida caliente, pase reservado a platos terminados, retorno de vajilla al office y retirada de basura en horario diferenciado.

También es habitual proponer una cocina ideal sin atender a la restricción del enunciado. Aquí no se puede ampliar la superficie disponible. Por ello, se debe explicar que la solución puede lograrse mediante reasignación de usos, delimitación de pasillos, puertas o mamparas, señalización, horarios, carros cerrados, recipientes identificados y procedimientos de limpieza. Proponer una

nueva puerta o un pequeño cierre interno puede ser admisible si se presenta como redistribución o adaptación interior, no como una ampliación injustificada.

Debe evitarse confundir el **office** con la zona de residuos. El office gestiona vajilla y material de servicio sucio para lavarlo y devolverlo limpio al circuito. Los residuos se segregan y evacuan a un punto de acopio temporal o al exterior. Ambos son circuitos sucios, pero cumplen funciones distintas y requieren controles específicos.

Otro fallo es olvidar la distinción entre mercancía recién recibida y aprovisionamiento interno. La primera puede traer embalajes exteriores y procede del exterior; por ello debe ir de recepción a almacenamiento sin invadir producción. El segundo se realiza con géneros almacenados, protegidos y transportados en condiciones higiénicas a las partidas. Esta precisión muestra dominio técnico.

La presentación en el examen debe ser ordenada. Es eficaz seguir este orden: diagnóstico de riesgos, principios higiénicos, redistribución de recepción y almacenamiento, funcionamiento de partidas y pase, circuito de office, circuito de residuos, medidas de personal y horarios, y justificación final. Aunque el enunciado no pida normativa concreta, es conveniente fundamentar las decisiones en los principios generales de higiene alimentaria y autocontrol, sin citar normas de forma imprecisa.

Paso 4: Qué debes aprender

Debes dominar el concepto de **circuito de producción** en restauración: recepción, almacenamiento, preelaboración, elaboración, conservación si procede, pase, servicio, retorno de material y gestión de residuos. La lógica esencial es que el flujo avance desde lo más sucio a lo más limpio y que los productos ya tratados no regresen hacia áreas contaminantes.

Debes saber diferenciar los principales circuitos: el de materias primas, el de elaboraciones terminadas, el de vajilla y utensilios sucios, el de material limpio, el de personal y el de residuos. En una cocina real pueden compartir parcialmente un espacio, pero deben separarse por diseño, por barreras, por sentidos de marcha o por horarios; la solución más segura siempre es la separación física.

Debes relacionar la distribución con los riesgos que previene: contaminación cruzada, pérdida de cadena de frío, contacto con envases sucios, contaminación de platos terminados, obstrucciones, caídas, golpes, quemaduras y deterioro de la imagen ante el cliente.

Finalmente, para resolver cualquier supuesto parecido, aplica siempre el mismo método: identifica los puntos de entrada y salida, enumera los flujos, localiza los cruces de mayor riesgo, prioriza la protección de alimentos listos para consumo y del pase, propone una secuencia funcional realista sin ignorar las limitaciones del local, y completa la solución con horarios, responsabilidades, limpieza y control. Así tu respuesta será técnica, aplicable y convincente.

Opositando

Fin de la muestra

Has visto los dos primeros ejercicios de esta relación.

La relación completa, con todos los ejercicios resueltos paso a paso, está disponible en **opositando.shop**.

Síguenos en Instagram y entérate de nuestras últimas actualizaciones:

opositando.shop