



Stek & Company – nowoczesne techniki przygotowania steków i dodatków mięsnych oraz roślinnych.

Numer usługi 2025/11/21/191735/3163630

2 460,00 PLN brutto
2 000,00 PLN netto
123,00 PLN brutto/h
100,00 PLN netto/h

"ASHANTI ATELIER"
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,8 / 5

10 ocen

📍 Łódź-Śródmieście / stacjonarna

👤 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 26.11.2025 do 27.11.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Gastronomia
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do: - kucharzy i szefów kuchni pragnących podnieść kwalifikacje w zakresie obróbki mięsa, ryb i warzyw, - właścicieli restauracji i lokali gastronomicznych, którzy chcą wprowadzić lub udoskonalić ofertę dań stekowych, - osób z branży HoReCa oraz pasjonatów gotowania na poziomie profesjonalnym (poziom 2), - kandydatów przygotowujących się do pracy w kuchni profesjonalnej lub planujących rozwój własnej działalności gastronomicznej.
Minimalna liczba uczestników	4
Maksymalna liczba uczestników	12
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	20
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest nabycie przez uczestników wiedzy i umiejętności z zakresu profesjonalnego przygotowania steków z różnych rodzajów mięs, ryb, owoców morza oraz warzyw. Uczestnicy nauczą się rozróżniać gatunki mięsa, poznają procesy sezonowania, marynowania i odpowiednie techniki obróbki cieplnej. Nabędą także umiejętność komponowania dodatków i sosów uzupełniających dania stekowe, z uwzględnieniem zasad food costu, tekstur i smaków.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Zna rodzaje mięs i surowców stosowanych do przygotowania steków.	Wymienia i charakteryzuje główne gatunki mięsa oraz ich zastosowanie.	Wywiad swobodny
Zna techniki sezonowania, marynowania i dojrzewania mięsa.	Wyjaśnia różnice między metodami i podaje przykłady zastosowań.	Wywiad swobodny
Zna zasady obróbki cieplnej mięsa: grillowanie, smażenie, pieczenie, sous vide.	Omawia wpływ temperatury i czasu na strukturę mięsa.	Wywiad swobodny
Dobiera odpowiedni surowiec i metodę obróbki do rodzaju mięsa lub warzyw.	Przygotowuje stek z zachowaniem odpowiedniej struktury i smaku.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Komponuje dodatki i sosy do steków, łącząc smaki i tekstury.	Przygotowuje pełne danie, zachowując balans smakowy.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Przestrzega zasad higieny i bezpieczeństwa pracy w kuchni.	Utrzymuje porządek i stosuje zasady BHP.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Współpracuje w zespole w procesie przygotowania potraw.	Wykazuje kulturę pracy i komunikację w grupie.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Szkolenie obejmuje dwudniową naukę profesjonalnych technik przygotowania steków z różnych rodzajów mięs, ryb, owoców morza oraz produktów roślinnych. Uczestnicy poznają zasady doboru surowca, elementy rozbioru tuszy, różnice między sezonowaniem a marynowaniem oraz metody obróbki cieplnej, takie jak grillowanie, smażenie i pieczenie. W części praktycznej przygotowują steki roślinne, rybne i mięsne, ucząc się kontroli temperatury, tekstury i wysmażenia. Program obejmuje również wykonywanie dodatków i sosów, takich jak relishe, puree, chimichurri, bisque czy demi-glace. Uczestnicy komponują kompletne dania, analizują uzyskane efekty i otrzymują wskazówki techniczne dotyczące serwisu i organizacji pracy. Szkolenie ma formę warsztatową i umożliwia nabycie umiejętności praktycznych na poziomie profesjonalnym.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 9

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Omówienie podstaw dotyczących steków, przegląd surowców, wyjaśnienie różnic między elementami tuszy oraz zagadnienia dotyczące przygotowania steków z kością i bez kości.	Adam Chrząstowski	26-11-2025	10:00	11:00	01:00
2 z 9 Praca z technikami sezonowania i marynowania oraz praktyczne przygotowanie steków roślinnych.	Adam Chrząstowski	26-11-2025	11:00	13:00	02:00
3 z 9 Przerwa	Adam Chrząstowski	26-11-2025	13:00	13:30	00:30
4 z 9 Przygotowanie steków i dodatków - zajęcia praktyczne	Adam Chrząstowski	26-11-2025	13:30	18:00	04:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 9 Przygotowanie steków mięsnych, w tym steku z sezonowanej wieprzowiny oraz steku filadelfijskiego z sarny.	Adam Chrzastowski	27-11-2025	09:00	12:30	03:30
6 z 9 Przerwa	Adam Chrzastowski	27-11-2025	12:30	13:00	00:30
7 z 9 Obróbka steków wołowych, w tym 24-godzinnego karku, hanger steku oraz sezonowanego rostbefu z klasycznymi sosami.	Adam Chrzastowski	27-11-2025	13:00	15:00	02:00
8 z 9 inalne przygotowanie sezonowanego antrykotu z demi-glace oraz dodatków: frytek w skórce, puree ze szpikiem i karmelizowanej sałaty z aioli, zakończone degustacją i omówieniem wyników.	Adam Chrzastowski	27-11-2025	15:00	16:30	01:30
9 z 9 Walidacja.	-	27-11-2025	16:30	17:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 460,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	123,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Adam Chrząstowski

Adam Chrząstowski - Karierę rozpoczął w Hotelu Bristol w Warszawie, zdobywając doświadczenie w renomowanych hotelach i restauracjach, takich jak Sheraton Warsaw oraz Rialto. Był szefem kuchni restauracji Ancora w Krakowie, wyróżnionej siedmiokrotnie w przewodniku Michelin oraz restauracji Ed Red w Krakowie i Warszawie. Od 2012 roku prowadzi działalność doradczą w branży HoReCa, a od 2018 roku pełni funkcję President Bocuse d'Or Academy Poland. W 2018 r. otrzymał prestiżową nagrodę Mistrz Mistrzów od Akademii Gastronomicznej w Polsce. Prowadzący programy kulinarne w Kuchni +; Adam Po Pracy - 3 edycje, Adam w Sieci Patenty i Triki. Felietonista Food Service oraz adamchrzastowski.natemat.pl. Współautor książki "Gościnność od Kuchni". Ostatnie 5 lat aktywnie działa w branży gastronomicznej, na bieżąco podnosząc swoje kompetencje i umiejętności.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt. Certyfikat ukończenia szkolenia.

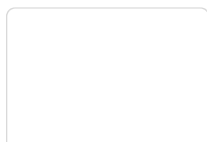
Adres

ul. Henryka Sienkiewicza 82/84
90-318 Łódź-Śródmieście
woj. łódzkie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Katarzyna Majewska

E-mail katarzyna.majewska@ashanti.pl



Telefon (+48) 693 693 116