

MARIA POMPEA URSO

📍 via Ceglie Francavilla km 2,2, 72013, Ceglie Messapica, Brindisi

☎ +39 338 887 0684

✉ ursopompea@libero.it

🚗 B

Profilo professionale

Mi occupo di supportare le attività di cucina da diversi anni, inoltre è fondamentale il riordino delle aree di lavoro, durante la preparazione della linea e la pulizia degli utensili. Nel corso del tempo ho maturato una grande passione per questo settore, soprattutto nella preparazione di piatti tradizionali pugliesi, impasti lievitati e cottura nelle varie specie. Ottima propensione nell'imparare preparazioni nuove e spirito di adattamento.

Capacità e competenze

- Uso degli utensili da cucina
- Tecniche di impiattamento e guarnizione
- Doti organizzative
- Rispetto delle norme sanitarie
- Velocità
- Resistenza allo stress
- Tecniche di preparazione degli alimenti
- Conoscenza di ricette e ingredienti
- HACCP
- Uso di affettatrici e coltelli
- Utilizzo di forni e piastre
- Attenzione ai dettagli
- Tecniche di cottura
- Conoscenza delle materie prime
- Metodi di conservazione degli alimenti

Esperienze lavorative e professionali

Aprile 2019	Garibaldi	Ostuni
-	Aiuto cuoco	
Settembre 2019	<ul style="list-style-type: none">• Predisposizione di utensili e attrezzature per l'allestimento delle linee di cottura e impiattamento.• Mantenimento degli standard di pulizia e igiene in cucina secondo la normativa HACCP.• Manipolazione e conservazione degli alimenti nel rispetto delle norme igieniche e di sicurezza alimentare.• Mantenimento degli standard di pulizia e igiene secondo quanto previsto dalla normativa.• Lavaggio, pulizia e lavorazione di prodotti ittici, crostacei e molluschi.• Lavaggio e sterilizzazione di utensili e stoviglie.• Controllo della qualità degli ingredienti eliminando eventuali prodotti avariati.• Organizzazione del piano di lavoro in tempi rapidi secondo istruzioni ed esigenze del cuoco.• Sistemazione di utensili e stoviglie negli alloggiamenti dedicati per mantenere l'ordine in cucina.	

Aprile 2018

-

Settembre 2018

- Preparazione della linea in base alle indicazioni ricevute dallo chef.
- Preparazione di cibi fritti, grigliati e cotti al forno.
- Preparazioni alimentari quali cibi tradizionali e caserecci.

Garibaldi

Ostuni

Aiuto cuoco

- Predisposizione di utensili e attrezzature per l'allestimento delle linee di cottura e impiattamento.
- Mantenimento degli standard di pulizia e igiene in cucina secondo la normativa HACCP.
- Manipolazione e conservazione degli alimenti nel rispetto delle norme igieniche e di sicurezza alimentare.
- Mantenimento degli standard di pulizia e igiene secondo quanto previsto dalla normativa.
- Lavaggio, pulizia e lavorazione di prodotti ittici, crostacei e molluschi.
- Lavaggio e sterilizzazione di utensili e stoviglie.
- Controllo della qualità degli ingredienti eliminando eventuali prodotti avariati.
- Organizzazione del piano di lavoro in tempi rapidi secondo istruzioni ed esigenze del cuoco.
- Sistemazione di utensili e stoviglie negli alloggiamenti dedicati per mantenere l'ordine in cucina.
- Preparazione della linea in base alle indicazioni ricevute dallo chef.
- Preparazione di cibi fritti, grigliati e cotti al forno.
- Preparazioni alimentari quali cibi tradizionali e caserecci.

Aprile 2017

-

Settembre 2017

Garibaldi

Ostuni

Aiuto cuoco

- Predisposizione di utensili e attrezzature per l'allestimento delle linee di cottura e impiattamento.
- Mantenimento degli standard di pulizia e igiene in cucina secondo la normativa HACCP.
- Manipolazione e conservazione degli alimenti nel rispetto delle norme igieniche e di sicurezza alimentare.
- Mantenimento degli standard di pulizia e igiene secondo quanto previsto dalla normativa.
- Lavaggio, pulizia e lavorazione di prodotti ittici, crostacei e molluschi.
- Lavaggio e sterilizzazione di utensili e stoviglie.
- Controllo della qualità degli ingredienti eliminando eventuali prodotti avariati.
- Organizzazione del piano di lavoro in tempi rapidi secondo istruzioni ed esigenze del cuoco.
- Sistemazione di utensili e stoviglie negli alloggiamenti dedicati per mantenere l'ordine in cucina.
- Pulizia e organizzazione di postazioni, strumenti e macchinari da cucina.
- Preparazione della linea in base alle indicazioni ricevute dallo chef.
- Preparazione di cibi fritti, grigliati e cotti al forno.
- Preparazioni alimentari quali cibi tradizionali e caserecci.

Maggio 2015

Ditta Triarico Umberto

Ostuni

Giugno 2015	<p>Aiuto cuoco</p> <ul style="list-style-type: none"> • Predisposizione di utensili e attrezzature per l'allestimento delle linee di cottura e impiattamento. • Mantenimento degli standard di pulizia e igiene in cucina secondo la normativa HACCP. • Manipolazione e conservazione degli alimenti nel rispetto delle norme igieniche e di sicurezza alimentare. • Mantenimento degli standard di pulizia e igiene secondo quanto previsto dalla normativa. • Lavaggio, pulizia e lavorazione di prodotti ittici, crostacei e molluschi. • Lavaggio e sterilizzazione di utensili e stoviglie. • Controllo della qualità degli ingredienti eliminando eventuali prodotti avariati. • Organizzazione del piano di lavoro in tempi rapidi secondo istruzioni ed esigenze del cuoco. • Sistemazione di utensili e stoviglie negli alloggiamenti dedicati per mantenere l'ordine in cucina. • Pulizia e organizzazione di postazioni, strumenti e macchinari da cucina. • Preparazione della linea in base alle indicazioni ricevute dallo chef. • Preparazione di cibi fritti, grigliati e cotti al forno. • Preparazioni alimentari quali piatti tipici e caserecci.
Maggio 2014	<p>Soc. Coop. la Cicerchia Società cooperativa</p>
-	<p>Bracciante agricolo</p>
Giugno 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Partecipazione alle operazioni di raccolta manuale e meccanizzata dei prodotti agricoli.
Gennaio 2009	<p>Soc. Coop. Co.Pa T. società cooperativa</p>
-	<p>Bracciante agricolo</p>
Dicembre 2012	<ul style="list-style-type: none"> • Raccolta e immagazzinaggio delle uve nel periodo della vendemmia. • Selezione dei frutti maturi, raccolta e scarto di quelli danneggiati.
Aprile 2012	<p>Ditta Ligorio Giuseppe</p>
-	<p>Bracciante agricolo</p>
Maggio 2012	<ul style="list-style-type: none"> • Partecipazione alle operazioni di raccolta manuale e meccanizzata dei prodotti agricoli.
Gennaio 2001	<p>Soc. Coop. Co. Pa. T. Società cooperativa</p>
-	<p>Bracciante agricolo</p>
Dicembre 2008	<ul style="list-style-type: none"> • Raccolta e immagazzinaggio delle uve nel periodo della vendemmia. • Partecipazione alle operazioni di raccolta manuale e meccanizzata dei prodotti agricoli. • Selezione dei frutti maturi, raccolta e scarto di quelli danneggiati.
Aprile 2008	<p>Ditta Lerna Damiano</p>
-	<p style="text-align: right;">Ceglie Messapica</p> <p>Banconista panificio</p>
Settembre 2008	<ul style="list-style-type: none"> • Vendita diretta al minuto e a peso di prodotti da forno. • Disposizione e riordino dei prodotti in esposizione nel banco. • Porzionatura, confezionamento e prezzatura di prodotti sfusi per la vendita. • Pulizia, riordino e sanificazione quotidiana del punto vendita. • Preparazione di prodotti da forno: pane, taralli e prodotti pugliesi.
Gennaio 1987	<p>Soc. Coop. Co. Pa. T. Società cooperativa</p>

Dicembre 1989

Bracciante agricolo

- Raccolta e immagazzinaggio delle uve nel periodo della vendemmia.
- Partecipazione alle operazioni di raccolta manuale e meccanizzata dei prodotti agricoli.
- Selezione dei frutti maturi, raccolta e scarto di quelli danneggiati.

Istruzione e formazione

Luglio 2017

I.P.S.S.E.O.A.

Ceglie Messapica

Diploma: Servizi per l'enogastronomia

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio CV ex art. 13 del decreto legislativo 196/2003 e art. 13 del regolamento UE 2016/679 sulla protezione dei singoli cittadini in merito al trattamento dei dati personali

Maria Pompea Uiso