



ANÁHUAC MAYAB
Educación Continua

CURSO EN

Baos Asiáticos



PRESENCIAL



PRESENTACIÓN DEL
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL
PROGRAMA

PLAN DE
ESTUDIOS

CLAUSTRO
ACADÉMICO

CURSO EN BAOS ASIÁTICOS

OBJETIVO DEL PROGRAMA

Aprende a preparar baos tradicionales y de autor para integrarlos con creatividad a tu propuesta culinaria o emprendimiento.

40
ANIVERSARIO

SOBRE LA
ANÁHUAC MAYAB

PROCESO DE
INSCRIPCIÓN

CONTACTO



¿POR QUÉ ESTUDIAR ESTE PROGRAMA?

Este curso ofrece una formación práctica y completa para dominar la preparación del bao en sus versiones clásicas y de autor. A través del aprendizaje técnico de masas, rellenos y métodos de cocción, adquirirás herramientas para aplicarlas tanto en cocinas profesionales como en proyectos de emprendimiento.

La propuesta combina la riqueza de la técnica asiática con ingredientes locales y un enfoque innovador, ideal para cocineros creativos, emprendedores gastronómicos y amantes del street food con visión gourmet.

¿QUÉ APRENDERÁS?

- ✓ Preparar de forma autónoma diversos tipos de baos con técnica profesional.
- ✓ Integrar rellenos tradicionales y contemporáneos de manera creativa.
- ✓ Aplicar conocimientos para venta, emprendimiento o innovación en cocina.
- ✓ Elaborar salsas asiáticas como acompañamiento.
- ✓ Realizar montajes y presentaciones completas para servicio inmediato o take-out.



PRESENTACIÓN DEL
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL
PROGRAMA

PLAN DE
ESTUDIOS

CLAUSTRO
ACADÉMICO



¿PARA QUIÉN ES ESTE PROGRAMA?

Dirigido a personas interesadas en la cocina asiática, con o sin experiencia previa; estudiantes de gastronomía que deseen ampliar su repertorio técnico; emprendedores en alimentos y bebidas con enfoque en cocina callejera o fusión; reposteros o cocineros interesados en integrar el bao a su menú.





PRESENTACIÓN DEL
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL
PROGRAMA

PLAN DE
ESTUDIOS

CLAUSTRO
ACADÉMICO

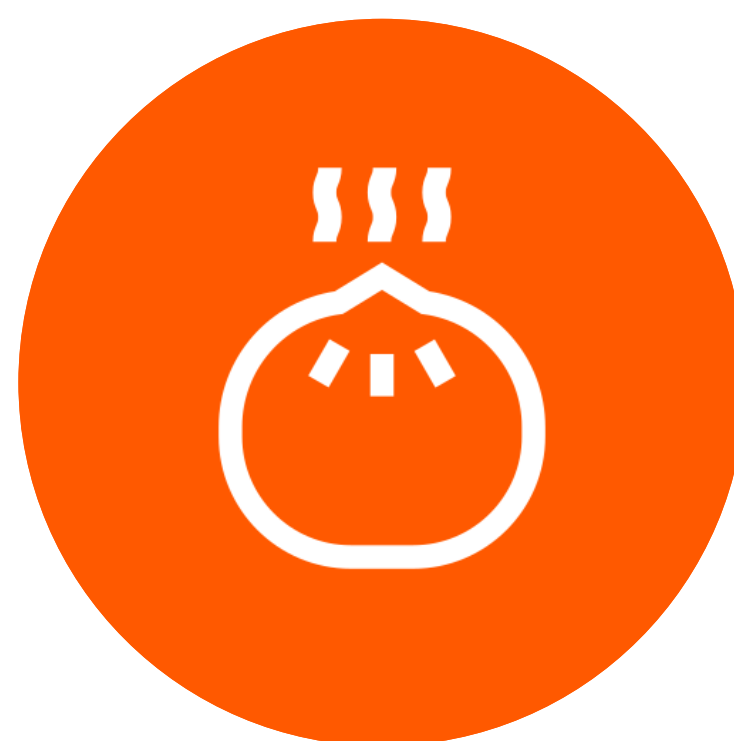
COMPETENCIAS A DESARROLLAR



**Preparación
profesional de masa
de bao y mantou**



**Aplicación de
técnicas de cocción
asiáticas (vapor,
fritura, horneado)**



**Diseño creativo de
rellenos dulces y
salados**



**Montaje y
presentación de
platillos con enfoque
gourmet**



**Integración del bao
en propuestas de
venta o menús**



PRESENTACIÓN DEL
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL
PROGRAMA

PLAN DE
ESTUDIOS

CLAUSTRO
ACADÉMICO

HABILIDADES A DESARROLLAR



Manejo técnico de ingredientes asiáticos y locales



Creatividad culinaria en propuestas de fusión



Precisión en fermentación y cocción para
calidad profesional



Presentación estética para consumo inmediato
o *take-out*



ESTRUCTURA DEL CURSO

PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

PLAN DE ESTUDIOS

CLAUSTRO ACADÉMICO



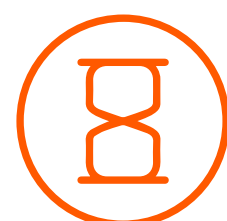
MODALIDAD:
Presencial



NIVEL:
Introductorio-fundamentos



HORARIO:
Martes de 18:00 a 22:00 hrs



DURACIÓN:
24 horas
(6 semanas)



MÓDULOS:
6 módulos



INVERSIÓN:
Inscripción de \$8,000 y 1
colegiatura de \$7,200 MXN

SOBRE LA
ANÁHUAC MAYAB

PROCESO DE
INSCRIPCIÓN

CONTACTO



PRESENTACIÓN DEL
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL
PROGRAMA

PLAN DE
ESTUDIOS

CLAUSTRO
ACADÉMICO

PLAN DE ESTUDIOS

MÓDULO 1.

Técnicas y variedades del Bao asiático

1.1. Historia y tipos de Bao. Masa base, cocción y rellenos

1.2. Bao Baotzi con cerdo estilo Char Siu y salsa de chile y ajo

1.3. Gua Bao de pollo frito taiwanés con mayonesa sriracha y albahaca

1.4. Bao dulce con crema pastelera y Mantou bicolor (vainilla y chocolate)

1.5. Bao relleno de castacán y queso con salsa de habanero y cebolla encurtida

1.6. Práctica libre: bao relleno a elección del alumno y presentación final

SOBRE LA
ANÁHUAC MAYAB

PROCESO DE
INSCRIPCIÓN

CONTACTO



PRESENTACIÓN DEL
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL
PROGRAMA

PLAN DE
ESTUDIOS

CLAUSTRO
ACADÉMICO

CLAUSTRO ACADÉMICO



CHEF JUAN JOSÉ LUNA OLARRA

Licenciado en Gastronomía por la Universidad Anáhuac Mayab.

Actualmente es docente en la Universidad Anáhuac Mayab y emprendedor en el área de panadería, liderando un negocio especializado en pan Bao, con distribución a diversos restaurantes y tiendas especializadas. Ha trabajado en cocinas desde los 15 años, desempeñándose tanto en cocina como en servicio. Su trayectoria incluye experiencia en restaurantes del Grupo Aesa como Kuuk y Pinuela, en la Hacienda Santa Cruz Palomeque, los centros de servicio del Yucatán Country Club, el Hotel María Mercedes y el restaurante La Sucursal en España. También colaboró en la apertura del restaurante Gin 47.

Se incorporó recientemente como docente en la Universidad Anáhuac Mayab, motivado por el deseo de compartir su experiencia con nuevas generaciones en la institución que lo formó. Además de la cocina, le apasiona el fútbol —fue parte del equipo representativo universitario—, así como el cine, las series y el vino, área en la que desea especializarse próximamente.

CHEF ARANTZA ANDREA VELASCO GRACIÁN

Auxiliar.

Realizó sus estudios en la Universidad de Oriente, campus Puebla, donde se formó como chef.

Actualmente se desempeña en el ámbito gastronómico con experiencia en distintas áreas, tras haber colaborado en diversos restaurantes. Uno de los momentos clave en su trayectoria fue su participación en un restaurante con estrella Michelin fuera del país, lo que consolidó su disciplina, atención al detalle y perfección en técnicas culinarias.

Esta experiencia internacional ha sido determinante para su desarrollo profesional, permitiéndole adquirir una visión integral y de alto nivel en la cocina.



PRESENTACIÓN DEL
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL
PROGRAMA

PLAN DE
ESTUDIOS

CLAUSTRO
ACADÉMICO

SOBRE LA UNIVERSIDAD ANÁHUAC MAYAB

Con más de **40 años de trayectoria**, en la **Universidad Anáhuac Mayab** hemos trabajado de manera constante para ofrecerte los mejores programas educativos en la región, diseñando contenidos que responden a las demandas actuales de nuestra sociedad.

Nuestros programas de **Educación Continua** incluyen una amplia variedad de opciones que abarcan desde conocimientos técnicos en áreas especializadas hasta el desarrollo de habilidades blandas, como liderazgo, comunicación y trabajo en equipo, asegurando que complementes tu perfil profesional con herramientas de alto valor y conexiones que impulsarán tu crecimiento personal y profesional.

Conoce nuestras Certificaciones.

Miembros de:
uni>ersia



Acreditados por:



40
ANIVERSARIO

SOBRE LA
ANÁHUAC MAYAB

PROCESO DE
INSCRIPCIÓN

CONTACTO



PRESENTACIÓN DEL
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL
PROGRAMA

PLAN DE
ESTUDIOS

CLAUSTRO
ACADÉMICO

PROCESO DE INSCRIPCIÓN

Entra a nuestra página:

[merida.anahuac.mx
/educacion-continua](https://merida.anahuac.mx/educacion-continua)



Encuentra el programa
de tu preferencia.

Clic al botón «**Aplicar a programa**»,
el cual te redireccionará a nuestra
plataforma de pagos.

Realiza el pago de tu inscripción
al programa educativo.

Crea tu cuenta con los datos: **Nombre,
correo electrónico y teléfono.**



CONTACTO



CARLOS CARRILLO

-  **WA/** (999) 335 8264
-  **TEL/** (999) 942 4800 **EXT/** 1613
-  **MAIL/** carlos.carrillo@anahuac.mx
-  **WEB/** merida.anahuac.mx/educacion-continua

Continúa tu
crecimiento profesional