



**ANÁHUAC MAYAB**  
Educación Continua

**CURSO DE**  
**Sushi**



**PRESENCIAL**





PRESENTACIÓN DEL  
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL  
PROGRAMA

PLAN DE  
ESTUDIOS

CLAUSTRO  
ACADÉMICO



## CURSO DE SUSHI

## OBJETIVO DEL CURSO

Descubre las bases tradicionales del sushi y aprende a fusionarlas con ingredientes locales para crear propuestas gastronómicas únicas y memorables.

SOBRE LA  
ANÁHUAC MAYAB

PROCESO DE  
INSCRIPCIÓN

CONTACTO

40  
ANIVERSARIO



## ¿POR QUÉ ESTUDIAR ESTE CURSO?

El curso de sushi ofrece una propuesta única que equilibra la técnica tradicional japonesa con la creatividad de la fusión regional, permitiendo al participante desarrollar habilidades prácticas con una visión integral del arte culinario. A lo largo del programa, se integran conocimientos culturales, principios estéticos y técnicas especializadas que potencian el perfil gastronómico de cada estudiante.

Está diseñado para impactar tanto en contextos profesionales como personales, brindando herramientas que pueden aplicarse en restaurantes, emprendimientos o experiencias privadas. Su enfoque distintivo y adaptable convierte al curso en una opción ideal para quienes desean innovar con identidad propia en el mundo culinario contemporáneo.

## ¿QUÉ APRENDERÁS?

- ✓ Comprenderás la filosofía y los principios estéticos del sushi tradicional japonés.
- ✓ Aplicarás técnicas especializadas para la preparación y el corte de sushi.
- ✓ Elaborarás con precisión los principales tipos de sushi tradicionales y modernos.
- ✓ Crearás propuestas propias de sushi fusión con ingredientes locales.
- ✓ Estarás capacitado para ofrecer productos competitivos en el mercado gastronómico actual.



PRESENTACIÓN DEL  
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL  
PROGRAMA

PLAN DE  
ESTUDIOS

CLAUSTRO  
ACADÉMICO



## ¿PARA QUIÉN ES ESTE CURSO?

Dirigido a aficionados a la cocina japonesa que deseen aprender desde cero, estudiantes de gastronomía, cocineros o emprendedores que busquen enriquecer su menú, así como personas interesadas en la cocina asiática y la fusión culinaria.



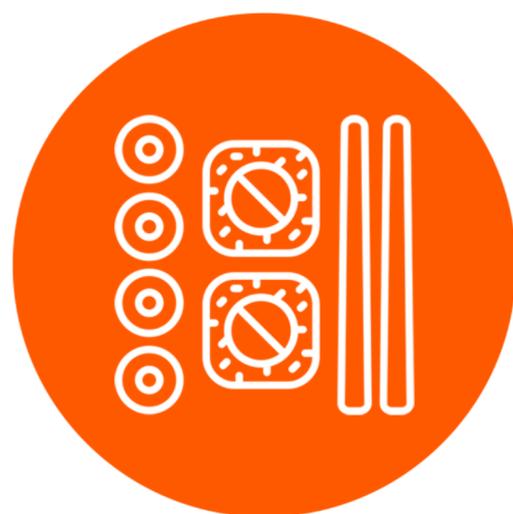
PRESENTACIÓN DEL  
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL  
PROGRAMA

PLAN DE  
ESTUDIOS

CLAUSTRO  
ACADÉMICO

## COMPETENCIAS A DESARROLLAR



**Conocimiento histórico y cultural del sushi y la gastronomía japonesa.**



**Aplicación de técnicas de corte japonés.**



**Preparación de sushi tradicional y fusión.**



PRESENTACIÓN DEL  
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL  
PROGRAMA

PLAN DE  
ESTUDIOS

CLAUSTRO  
ACADÉMICO

## HABILIDADES A DESARROLLAR



Manejo adecuado de ingredientes japoneses (arroz, pescados, mariscos, tempura, tamago, etc.)



Montaje estético siguiendo principios japoneses como shun y kanso.



Adaptación creativa para desarrollar sushi fusión con identidad regional (como ingredientes yucatecos)



# 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:**  
7 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

## 1. INTRODUCCIÓN AL SUSHI

- 1.1. Historia y origen del sushi
- 1.2. Filosofía japonesa en torno al sushi
- 1.3. Tipos de sushi
- 1.4. Ingredientes esenciales

## 2. PRÁCTICA DE SUSHI I

- 2.1. Nigiris
- 2.2. Onigiris
- 2.3. Teoría
  - 2.3.1. Tipos de arroz japonés
  - 2.3.2. Pescados y mariscos recomendados
  - 2.3.3. Filosofía del corte en Japón (kiritsuke y precisión en cortes de pescado)

## 3. PRÁCTICA DE SUSHI II

- 3.1. Hosomaki sushi
- 3.2. Sashimi
- 3.3. Teoría
  - 3.3.1. Guarniciones tradicionales
  - 3.3.2. Sushi y cocina japonesa fusión
- 3.4. Práctica
  - 3.4.1. Futomaki sushi
  - 3.4.2. Sushi fusión

## 4. TIPOS DE SUSHI

- 4.1. Qué es el tamago
- 4.2. Tempuras
- 4.3. Qué es el uramaki y diferencias con otros rollos

SOBRE LA  
ANÁHUAC MAYAB

PROCESO DE  
INSCRIPCIÓN

CONTACTO



**PRESENTACIÓN DEL  
PROGRAMA**

**ESTRUCTURA DEL  
PROGRAMA**

**PLAN DE  
ESTUDIOS**

**CLAUSTRO  
ACADÉMICO**

### **5. PRÁCTICA DE SUSHI III**

**5.1. Camarón tempura**

**5.2. Uramaki sushi**

**5.3. Tamago**

**5.4. Teoría**

**5.4.1. Platos derivados: chirashizushi, oshi-zushi, temaki, inari-zushi**

**5.4.2. Tataki**

**5.4.3. Armonía visual: el concepto shun y kanso**

### **6. PRÁCTICA DE SUSHI V**

**6.1. Tataki de atún**

**6.2. Gunkan**

**6.3. Teoría**

**6.3.1. Similitudes y diferencias entre la cocina yucateca y japonesa y cómo fusionarlas**

### **7. PRÁCTICA DE SUSHI V**

**7.1. Chirashi sushi**

**7.2. Rollo de autor con ingredientes locales**

**SOBRE LA  
ANÁHUAC MAYAB**

**PROCESO DE  
INSCRIPCIÓN**

**CONTACTO**



PRESENTACIÓN DEL  
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL  
PROGRAMA

PLAN DE  
ESTUDIOS

CLAUSTRO  
ACADÉMICO

# CLAUSTRO ACADÉMICO



## CHEF MARÍA GRACIA VALLEJO VALDÉS

Actualmente lidera un proyecto de hospitalidad en el centro de Mérida, enfocado en ofrecer experiencias gastronómicas únicas que combinan sabor, cultura y calidez. Su trayectoria está marcada por el impulso de iniciativas culinarias con impacto comunitario y propuestas creativas con identidad local.

En 2023 formó parte de Refettorio Mérida, una iniciativa centrada en la alimentación con propósito. Ha participado en eventos culinarios como Disco Sopa, la presentación del recetario oficial de Refettorio junto a reconocidos chefs de Yucatán, y The Best Chef Awards 2023. Además de la cocina, encuentra inspiración en el arte, la música y la moda, elementos que nutren su visión creativa.

SOBRE LA  
ANÁHUAC MAYAB

PROCESO DE  
INSCRIPCIÓN

CONTACTO



PRESENTACIÓN DEL  
PROGRAMA

ESTRUCTURA DEL  
PROGRAMA

PLAN DE  
ESTUDIOS

CLAUSTRO  
ACADÉMICO

---



*Auxiliar:*

## 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.

---

SOBRE LA  
ANÁHUAC MAYAB

PROCESO DE  
INSCRIPCIÓN

CONTACTO



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:



**FIMPES**

**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](http://merida.anahuac.mx/educacion-continua)



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

**Realiza el pago de tu inscripción**  
al programa educativo.

**Encuentra el programa**  
de tu preferencia.

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





**ANÁHUAC MAYAB**  
Educación Continua

# CONTACTO



## CARLOS CARRILLO

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

Continúa tu  
**crecimiento profesional**