



## Sebastiano Giuseppe Marco Paratore

**Data di nascita:** 24/09/1993 | **Luogo di nascita:** Roma, Italia | **Nazionalità:** Italiana |

**Numero di telefono:** (+39) 3715956226 (Cellulare) | **Indirizzo e-mail:**

[sebastianoparatore93@gmail.com](mailto:sebastianoparatore93@gmail.com) |

**Indirizzo:** 98051, Barcellona Pozzo di Gotto, Italia (Abitazione)

### ● ESPERIENZA LAVORATIVA

#### CUOCO DI PARTITA DI PESCE – POSH – 14/06/2023 – 13/09/2023 – MILAZZO, ITALIA

Sfilettatura, eviscerazione e porzionamento di diverse specie ittiche per piatti al cartoccio, grigliati e crudi. Realizzazione di antipasti freddi, tartare, carpacci e insalate di mare, seguendo le indicazioni dello chef. Conservazione in cella frigorifera nel rispetto delle normative **HACCP**, controllo della freschezza e rotazione delle scorte.

Preparazione del riso per sushi e allestimento degli ingredienti per il servizio.

Supporto durante il servizio nella preparazione di **nigiri, maki, sashimi** e altri piatti giapponesi.

#### PIZZAIOLO/CUOCO – MAGURO SUSHI E PIZZA – 02/09/2022 – 15/03/2023 – BARCELLONA POZZO DI GOTTO, ITALIA

Gestione autonoma della pizzeria in tutte le sue mansioni.

Produzione di pizze tradizionali e pizze dolci.

Condimento e cottura di pizze tonde con forno elettrico.

Monitoraggio e riordino delle scorte di ingredienti; verifica della corretta conservazione dei prodotti.

Supervisione degli standard igienico-sanitari e manutenzione della pulizia dell'ambiente di lavoro.

Sfilettatura, eviscerazione e porzionamento di diverse specie ittiche

Preparazione del riso per sushi e allestimento degli ingredienti per il servizio.

Conservazione in cella frigorifera nel rispetto delle normative **HACCP**, controllo della freschezza

Supporto durante il servizio nella preparazione di **nigiri, maki, sashimi** e altri piatti giapponesi.

#### CUOCA DI PARTITA DI PESCE – AMATO MARE – 31/08/2020 – 13/11/2020 – BARCELLONA POZZO DI GOTTO, ITALIA

Sfilettatura, eviscerazione e porzionamento di diverse specie ittiche per piatti al cartoccio, grigliati e crudi.

Realizzazione di antipasti freddi, tartare, carpacci e insalate di mare, seguendo le indicazioni dello chef.

Conservazione in cella frigorifera nel rispetto delle normative **HACCP**, controllo della freschezza e rotazione delle scorte.

Preparazione di verdure, basi di cottura e semilavorati, mantenimento dell'ordine e pulizia delle postazioni di lavoro

#### PIZZAIOLO – CAMPING SALICÀ – 30/06/2020 – 31/08/2021 – TERME VIGLIATORE, ITALIA

Gestione autonoma della pizzeria in tutte le sue mansioni.

Produzione di pizze tradizionali e pizze dolci, focacce e panzerotti.

Condimento e cottura di pizze tonde con forno a legna.

Monitoraggio e riordino delle scorte di ingredienti; verifica della corretta conservazione dei prodotti.

Supervisione degli standard igienico-sanitari e manutenzione della pulizia dell'ambiente di lavoro

#### PIZZAIOLO STAGIONALE – PIZZERIA "PRADAS" – 02/05/2015 – 30/08/2015 – FRASSINETTO (TO), ITALIA

Gestione autonoma della pizzeria in tutte le sue mansioni, con turni sia diurni che notturni.

Produzione di pizze tradizionali e pizze dolci, focacce e panzerotti.

Condimento e cottura di pizze tonde con forno elettrico.  
Monitoraggio e riordino delle scorte di ingredienti; verifica della corretta conservazione dei prodotti.  
Supervisione degli standard igienico-sanitari e manutenzione della pulizia dell'ambiente di lavoro

#### **PIZZAIOLO /AIUTO PIZZAIOLO – FONDERIE OZANAM – 31/08/2013 – 29/04/2015 – TORINO, ITALIA**

Affiancamento al pizzaiolo nelle attività di preparazione della linea e di supporto al servizio.  
Preparazione degli impasti per pizza tonda e pizza al tegamino; stesura a mano, condimento e cottura.  
Gestione in autonomia del servizio pizzeria durante l'orario di pranzo.  
Allestimento e produzione di pizze in teglia per eventi di catering.  
Preparazione di pizze dolci; verifica delle scorte e smaltimento dei rifiuti nel rispetto delle normative vigenti

#### **AIUTO PIZZAIOLO – CAMPING SALICÀ – 31/05/2013 – 31/07/2013 – TERME VIGLIATORE, ITALIA**

Supporto al pizzaiolo nella stesura e nel condimento delle pizze tradizionali.  
Allestimento e rifornimento della linea di produzione; controllo della conservazione degli ingredienti

#### **PIZZAIOLO – FONDERIE OZANAM – 31/12/2012 – 28/02/2013 – TORINO, ITALIA**

Preparazione degli impasti per pizza tonda e pizza al tegamino; stesura a mano, condimento e cottura.  
Gestione in autonomia del servizio pizzeria durante l'orario di pranzo.  
Allestimento e produzione di pizze in teglia per eventi di catering.  
Preparazione di pizze dolci; verifica delle scorte e smaltimento dei rifiuti nel rispetto delle normative vigenti.

#### **STAGISTA AIUTO PIZZAIOLO – PIZZERIA "IL CASTELLO" – 29/02/2012 – 31/05/2012 – MONCALIERI, ITALIA**

Affiancamento al pizzaiolo nelle attività di preparazione della linea e di supporto al servizio.

### **ISTRUZIONE E FORMAZIONE**

09/2011 – 06/2012 Torino, Italia

**PIZZAIOLO** Cooperativa Meeting Service

materie prime  
tecniche di impasto  
lievitazione diretta  
lievitazione indiretta  
farcitura  
cottura forno elettrico

**Indirizzo** Via Foligno 14, Torino, Italia | **Sito Internet** <http://www.meeting-service.it>

08/2004 – 06/2007 Barcellona Pozzo di Gotto, Italia

**LICENZA MEDIA** Scuola Media "D'alcontres"

### **COMPETENZE LINGUISTICHE**

Lingua madre: **ITALIANO**

Altre lingue:

	COMPRENSIONE		ESPRESSIONE ORALE		SCRITTURA
	Ascolto	Lettura	Produzione orale	Interazione orale	
<b>INGLESE</b>	B1	B1	B1	A2	B1

*Livelli: A1 e A2: Livello elementare B1 e B2: Livello intermedio C1 e C2: Livello avanzato*

### **JOB-RELATED SKILLS**

**Job-related skills**

Buone capacità di autogestione e problem-solving.  
Ottimo spirito di adattamento.  
conoscenza vari tipi di lievitazione,

## ● **OTHER SKILLS**

---

### **Other skills**

---

#### ESPERIENZE LAVORATIVE

Animatore presso l'oratorio salesiano "Michele rua " TO

Catering Onu : Preparazione sala catering

Preparazione finger food

Catering 1000 persone (40esimo Anniversario CAPAC "Consorzio Agricolo Piemontese per Agroforniture e Cereali"

Aiuto in cucina preparazione antipasti, primi , secondi

Sbarazzo bicchieri, posate, piatti, e pulizia sala.

## ● **COMPETENZE COMUNICATIVE E INTERPERSONALI**

---

### **Communication and interpersonal skills**

---

ottime capacità di socializzazioni e relazionali.

---

*Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".*