



LA CUISINE SOUS VIDE ET BASSE TEMPÉRATURE



14 heures soit 2 jours



- ⇒ Chef de cuisine,
- ⇒ Second de cuisine,
- ⇒ Cuisinier,
- ⇒ Commis de cuisine,
- ⇒ Agent de restauration.

- ⇒ Connaître :
 - La réglementation et la technologie de la cuisson sous vide
 - Les connaissances de base (matériels, avantages/inconvénients)
- ⇒ Etre capable d'organisation de la production

- ⇒ **M. Wilson COILLIOT**
- ⇒ **M. Christophe GROJEAN** – Consultant Cuisine

Objectifs

les FORMATEURS



PRÉREQUIS

Connaissance des bases en cuisine



Selon l'ACCORD de l'OPCO

CATALYSE SAS FORMA

Contact OCCITANIE (65) – M. PUYET Michel - catalyse@catalyse.fr – 05 62 45 34 93

Contact OCCITANIE (31) – Mme SOUKRA Julie – juliesoukra@catalyse.fr – 05 62 14 14 78

Contact NOUVELLE AQUITAINE (64) – Mme PUYET Catherine – catherinepuyet@catalyse.fr – 05 59 27 55 40

Programme

- ⇒ Introduction à la cuisine sous vide
 - Présentation de la cuisson sous vide
 - Présentation du matériel utilisé pour la cuisson sous vide
 - Caractéristiques des sacs et sachets utilisés pour la cuisine et des températures de cuisson

- ⇒ Travaux pratiques (réalisation d'un menu en cuisson sous-vide)
 - Préparation et cuisson sous vide des poissons, légumes et viandes
 - Pour chaque famille de produits, plusieurs procédés de cuisson sont utilisés
 - Les manipulations sont commentées en insistant sur chaque détail technique
 - Les stagiaires programmation la machine sous vide à tour de rôle

- ⇒ Physique et chimie des aliments
 - Pour mieux comprendre les phénomènes de conservation et de cuisson

- ⇒ Moyens à mettre en œuvre, réussir en sous vide
 - Les 10 commandements de la cuisine sous vide
 - Les 10 moyens pour lutter contre les microbes

- ⇒ La cuisson basse température
 - Présentation de la cuisson basse température
 - Présentation du matériel utilisé
 - Présentation des matériels pour la cuisine basse température

- ⇒ Travaux pratiques
 - Préparation et cuisson des poissons, légumes et viandes
 - Pour chaque famille de produits, plusieurs procédés de cuisson sont utilisés
 - Les manipulations sont commentées en insistant sur chaque détail technique
 - Comprendre les phénomènes de conservation et de cuisson

(la liste définitive des recettes sera fournie le jour de la formation)

MODALITÉS TECHNIQUES, PÉDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT

1. Démonstration, application en laboratoire, dégustation
2. Le Rôle du ou des formateurs :
 - Transmettre ses connaissances aux autres, ses savoirs et ses savoir-faire en méthode applicative
 - Optimiser les gestes professionnels et d'organisation pratique
 - Développer sa créativité.
3. Les matériels utilisés : Plateau technique cuisine
4. Les documents remis aux participants : document pédagogique
5. Nature des travaux demandés aux participants : remplir les documents d'évaluation et de synthèse

MODALITÉS D'ÉVALUATIONS DES CONNAISSANCES

Les modalités d'évaluations des connaissances individuelles pendant la formation et à l'issue de celle-ci : Tests et QCM

CATALYSE SAS FORMA

Contact OCCITANIE (65) – M. PUYET Michel - catalyse@catalyse.fr – 05 62 45 34 93

Contact OCCITANIE (31) – Mme SOUKRA Julie – juliesoukra@catalyse.fr – 05 62 14 14 78

Contact NOUVELLE AQUITAINE (64) – Mme PUYET Catherine – catherinepuyet@catalyse.fr – 05 59 27 55 40