



## LES LÉGUMES & ACCOMPAGNEMENTS



14 heures soit 2 jours



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

### Objectifs

- ⇒ Découvrir les différentes textures des légumes,
- ⇒ Optimiser l'utilisation des légumes de saison,
- ⇒ Organiser sa carte en fonction de ses moyens de production
- ⇒ Acquérir de nouvelles techniques de préparation,
- ⇒ Réaliser une mise en place simple et rapide,
- ⇒ Maîtriser les coûts de production.

### les FORMATEURS

**M. LEMAL Laurent**



PRÉREQUIS

Connaissance de base en cuisine

#### CATALYSE SAS FORMA

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

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

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

## Programme

### QUELQUES RECETTES (liste non exhaustive)

- ⇒ Asperges vertes de la Montagne du Luberon aux écorces
- ⇒ Betterave de pleine terre aux vieux vinaigres
- ⇒ Fricassée de petit pois au pamplemousse
- ⇒ Carottes safranées aux herbes sauvages
- ⇒ Oignons rouges de Roscoff et filaments de Poireau
- ⇒ Légumes Primeurs en léger couscous etc ....

### 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.