

# PARCOURS DIPLÔMANT HÔTELLERIE RESTAURATION

## Option : COMMIS DE CUISINE

840 heures de Formation (dont 280 heures en entreprise)



### ➤ VALIDATION

- ✓ Préparation au C.Q.P.I.H. COMMIS DE CUISINE (code CPF : 131874)

### ➤ OBJECTIF DE LA FORMATION

- ✓ Permettre aux participants d'acquérir les compétences nécessaires au métier de commis de cuisine.

### ➤ ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

- ✓ Constituée de formateurs permanents et de professionnels, membres associés, rompus à l'activité pédagogique depuis plusieurs années et de vacataires embauchés en fonction de leur compétence et des objectifs pédagogiques de l'action
- ✓ Interventions professionnelles de spécialistes exerçant en profession libérale.

### ➤ MOYENS & MODALITÉS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- ✓ Restaurant d'application
- ✓ Laboratoire Cuisine
- ✓ Alternance de cours théoriques et pratiques
- ✓ Bilans pédagogiques
- ✓ Techniques de recherche de stage et d'emploi
- ✓ Salle informatique, centre de ressource, CD ROM, Internet
- ✓ Stages d'application en entreprise

### ➤ PUBLIC CONCERNÉ ET PRÉ-REQUIS

- ✓ Demandeur d'emploi – Être en forme physiquement (station debout – manutention légère et parfois déplacement d'objets encombrants)

## PROGRAMME

### ATELIERS DÉMONSTRATIFS & PRATIQUES

- ✓ **PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES :**
  - Rassemblement de tous les ingrédients nécessaires à la préparation des plats
  - Réalisation des travaux préparatoires : lavage et épiluchage des légumes
  - Réception de la matière d'œuvre
  - Utilisation d'une mandoline, un robot, tranchage.
  - Transformation des produits bruts (viande, volaille, poissons...)
  - Utilisation de produits semi élaborés.
- ✓ **CUISSONS :**
  - Surveillance de la cuisson des mets
  - Réalisation de plusieurs cuissons de viandes (griller, braiser, poêler, sauter, rôtir)
  - Cuisson des légumes (étuver, braiser...)
  - Rectification de l'assaisonnement si nécessaire
  - Remise en température
- ✓ **FONDS ET SAUCES :**
  - Réduction de sauces, garniture des fonds de tarte,...
  - Réalisation de fonds, sauces, veloutés, marinades, beures composés crus, purées de légumes, fumet de poisson
- Utilisation des produits semi-élaborés
- ✓ **PÂTISSERIE :**
  - Utilisation de la poche à douille
  - Utilisation des appareils à flans sucrés et salés
  - Réalisation des pâtes (à crêpes, à sauter, à frire, enrober, glacer...)
  - Réalisation de crème (anglaise, pâtissière, fouettée, chantilly)
  - Pochage des fruits
  - Réalisation des pâtes (brisée, feuilletée, à choux, génoise...)
  - Utilisation d'un nappage
  - Cuisson d'un caramel
  - Utilisation des produits semi-élaborés
- ✓ **APPROVISIONNEMENT STOCKAGE :**
  - Réception de la matière d'œuvre
  - Rangement des denrées par ordre d'arrivée et à l'endroit approprié,
  - Réalisation d'un inventaire simple
  - Vérification sur les stockages
- ✓ **ORGANISATION :**
  - Préparation de son poste de travail
  - Planification des étapes de la réalisation
  - Adaptation aux situations imprévues
  - Vérification de matériel et de sa bonne utilisation
  - Organisation dans son travail
  - Vérification de l'enchaînement logique des tâches
  - Utilisation des fiches techniques
  - Adaptabilité à travailler en équipe
- ✓ **DISTRIBUTION :**
  - Dressage des mets
  - Préparation du matériel de service
  - Adaptation du contenant au contenu
- ✓ **REMISE EN ÉTAT DU POSTE DE TRAVAIL ET DES LOCAUX**
  - Nettoyage du poste de travail et des locaux affectés à la cuisine

### MODERNISER LE SAVOIR FAIRE TECHNOLOGIQUE

- ✓ Connaissance technologique sur le métier de base (cuisine)
- ✓ Approche de l'environnement professionnel (le marché, l'entreprise, les différents postes)
- ✓ Le savoir faire technologique des métiers choisis pour une pluri compétence du métier de base cuisine/restaurant

### HYGIÈNE & SÉCURITÉ

- ✓ Application de la Méthode H.A.C.C.P.
- ✓ Entretien de son poste de travail et des locaux affectés à la cuisine
- ✓ Application des règles d'hygiène et de sécurité relatives aux aliments et aux personnes conformes à la réglementation en vigueur

### TRONC COMMUN

- ✓ **Dynamique de groupe**
- ✓ **Techniques de communication et d'expression**
  - Être capable d'engager spontanément un entretien ou une communication avec tout client ou responsable
  - Connaître les principales règles de la communication
  - Maîtriser l'approche psychologique du client : attitudes, comportement, attentes.
- ✓ **Savoir appréhender les principes du développement durable en hôtellerie restauration**
  - Les enjeux du développement durable dans l'hôtellerie restauration
- ✓ **Le projet professionnel**
  - Construire son projet professionnel,
  - Vérifier les compétences techniques, pratiques et culturelles (compétences clés)
- ✓ **Techniques de Recherche d'Emploi**
  - Savoir faire une lettre de motivation
  - Apprendre à se présenter pour un entretien d'embauche
- ✓ **Législation sociale**
  - Définir et comprendre les attentes de la profession
  - Les droits et devoirs des salariés
  - Sensibilisation à la législation professionnelle
  - Le sens des responsabilités
  - La convention collective
- ✓ **Anglais**
  - Remise à niveau
  - Adaptation aux caractéristiques professionnelles
- ✓ **Techniques de vente**
  - Bien connaître son produit pour mieux vendre
  - Analyse de la clientèle
  - Bien connaître sa carte et les produits de toutes manifestations particulières
- ✓ **Sensibilisation numérique**
  - Recherche sur le WEB, YOU TUBE etc...
  - Utiliser une série de logiciels et d'applications de médias,
  - Création de fiches techniques