

## PRÉSENTATION DE LA FORMATION

### OBJECTIFS

- Savoir identifier les matériels, les modes de cuisson et les produits de base
- Effectuer les préparations préliminaires essentielles
- Être en mesure de mettre en œuvre les principales techniques de fabrication en cuisine et en pâtisserie
- Respecter les règles d'hygiène et de sécurité alimentaire
- Pouvoir participer à la gestion des approvisionnements et au stockage des denrées
- Savoir s'organiser et gérer son poste de travail
- Être capable de dresser et d'envoyer les plats
- Maîtriser le nettoyage du matériel et des locaux

### PARTICIPANTS ET PRÉ-REQUIS

- Faire preuve de motivation et d'intérêt pour la profession
- Avoir une bonne résistance physique et nerveuse
- Posséder de bonnes capacités relationnelles
- Être conscient des contraintes de l'hôtellerie-restauration

### INTERVENANTS

- Cuisiniers professionnels du CHR, formateurs dans le secteur d'activité

### DURÉE / RYTHME

- 34 jours (240 heures)
- Dates : Calendrier et parcours personnalisé, évaluation préalable
- Horaires : de 8h30 à 16h30

### VALIDATION ET INFOS PRATIQUES

- Contrat de professionnalisation
- Période de professionnalisation
- Financement possible par votre OPCA, Pôle emploi ou autofinancement

### MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

- Alternance d'apports théoriques et mise en pratique
- Un support de formation est remis à chaque participant

### LIEU

- Centre de formation du Lac (Bordeaux-Lac)



## Contacts

Marion NIQUET  
Tél. 05 56 79 51 86

Christine DARMUZEY  
Référente Formation Continue

best@formation-lac.com  
best-gastronomie.com

## PROGRAMME

### HYGIÈNE ET SÉCURITÉ

- Appliquer les règles d'hygiène et de sécurité alimentaire

### PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES

- Travailler les fruits, légumes et condiments en utilisant le matériel approprié
- Travailler les viandes, les volailles, les poissons et les coquillages
- Refroidir règlementairement une préparation
- Utiliser les produits semi-élaborés

### CUISONS

- Cuire dans un liquide, cuire des œufs, cuire des légumes
- Griller, braiser, poêler, sauter, rôtir
- Cuire des pâtes et du riz, frire des aliments
- Cuire à la vapeur, cuire avec une sonde
- Goûter les préparations : analyser, rectifier

### FONDS ET SAUCES

- Réaliser des sauces de base et des marinades
- Réaliser des beurres composés crus
- Réaliser une sauce au vin
- Réaliser des fonds, un fumet de poisson et des veloutés

## PROGRAMME

### PÂTISSERIE

- Préparer des appareils à flans, réaliser des pâtes et des crèmes
- Pocher des fruits, monter des blancs, cuire des fonds de tartes
- Utiliser un nappage, cuire un caramel

### APPROVISIONNEMENT / STOCKAGE

- Réceptionner et vérifier et reconditionner les denrées alimentaires livrées (DLC, température, traçabilité...)
- Effectuer un inventaire simple

### ORGANISATION

- Respecter les fiches techniques et les souhaits du client
- Organiser son poste et planifier les étapes de la réalisation
- Travailler en équipe

### DISTRIBUTION

- Respecter les annonces, les commandes et le temps de dressage
- Envoyer les plats dans le respect des consignes

### REMISE EN ÉTAT DU POSTE ET DES LOCAUX

- Nettoyer et ranger le matériel et son poste de travail
- Participer au nettoyage et au rangement des locaux



## Contacts

Marion NIQUET  
Tél. 05 56 79 51 86

Christine DARMUZEY  
Référente Formation Continue

best@formation-lac.com  
best-gastronomie.com