

# CUISINE VEGETARIENNE

à chaque initiation, un nouveau menu... choisissez le vôtre !

## Michel BAERISWYL

Formateur en Cuisine à l'École Christian Vabret

Durant 3 jours, venez cuisiner avec un chef confirmé et apprenez toutes les techniques indispensables pour mitonner des menus végétariens équilibrés.



Du 02 au 04 Octobre 2024  
24 heures de formation en 3 jours



Du Mercredi 06 au Vendredi 15h



Ecole Christian VABRET  
Boulangerie | Pâtisserie | Cuisine  
Espace Cuisine  
La Roseraie – Château de Salles  
15130 VEZAC



Débutants, personnes souhaitant confirmer leur choix d'orientation, personnes ayant quitté la profession et souhaitant une remise à niveau



Avoir au moins 18 ans

## OBJECTIFS

Découvrir les techniques de la cuisine française autour des fonds de bases, des cuissons de la viande et des poissons, des légumes de saison et de la pâtisserie

Tous les menus proposés par le chef, sont réalisés à partir de produits frais en respect avec la saisonnalité.

## COMPÉTENCES VISÉES

- Maîtriser les techniques de fabrication et de production.
- Acquérir les connaissances fondamentales dans la création de nouveaux menus
- Intégrer l'optimisation des techniques de travail pour des créations rationnelles
- Appréhender une méthode d'organisation de travail personnalisée
- Dégustation et analyse organoleptique avec une étude des textures, associations des parfums et méthode de conservation

## MENUS A RÉALISER :

### Jour 1:

- Soupe à la courge et aux lentilles
- Taboulé d'amarante
- Galette de pois chiches et patates douces
- Couscous végétarien
- Cromesquis de chou frisé
- Déclinaison de betterave (rôtie, pickles, ketchup, chips)
- Tartelettes passion et mûres: croustillant quinoa, curd passion et mûres
- Figs rôties, sangria et tuile cacahuète

### Jour 2:

- Potage bretonne aux petits croustons (haricots blancs)
- Salade potiron betterave
- Risotto de petit épeautre aux artichauts
- Quinoa aux légumes rôtis, sauce miso
- Galettes de lentilles corail, sauce tahin
- Chou-fleur rôti aux épices
- Céleri (rave) fondant
- Coing rôti, tuiles de betteraves
- Tajine de poires, dattes et abricots au miel et aux épices



## PROGRAMME :

### Jour 1 :

- Café & accueil et présentation des participants
- Détermination des attentes des participants-
- Présentation technologique des matières premières en prenant compte des attentes des consommateurs
- Méthodologie des process de production selon fabrication
- Mise en œuvre de différentes recettes dans les montages

### Jour 2 :

- Production et montage des produits
- Réalisation des recettes du jour

- Dégustation et analyse organoleptique des productions

### Jour 3 :

- Production et montage des produits
- Réalisation des recettes du jour
- Dégustation et analyse organoleptique des productions
- Synthèse des productions et mise en place de rectificatifs préconisés
- Remise des attestations de suivi de stage.

## MOYENS PEDAGOGIQUES :

- Des apports théoriques appuyés par des applications sur site
- Des entraînements accompagnés et encadrés par le formateur
- Débriefing en fin de formation

## MOYENS TECHNIQUES (locaux et matériels)

L'Ecole Christian Vabret – Boulangerie – Pâtisserie – Cuisine est constituée :

- d'une salle banalisée de technologie où se déroulent les cours d'enseignement théorique équipé d'un tableau numérique connecté.
- d'une cuisine pédagogique équipée de 12 postes de travail et doté d'un matériel mis à sa disposition par les plus grands fabricants d'équipements en cuisine et donc à la pointe de la technologie.
- d'un espace bar équipé d'une machine à café dernière génération pour tous les cours de caféologie et Barista.

### Le matériel se constitue :

- 12 postes de cuisson :
  - 1 plaque double à induction
  - 1 plan de travail neutre
  - 1 timbre réfrigéré
- 1 espace démonstration :
  - 1 plaque double à induction
  - 1 timbre positif & 1 timbre négatif
  - 1 salamandre
  - 1 lampe infra-rouge
- Espace cuisson & refroidissement
  - 2 fours doubles mixtes + étuve
  - 2 cellules de refroidissement
- Gros matériel :
  - Thermomix / Kitchenaid / Thermoplongeur / Machine sous-vide
  - Four double mixte / Cellules / Salamandres
- Petit matériel :
  - Blender / Robot – coupe / Girafe / Centrifugeuse / Balance / Friteuse/ Autocuiseur / Lampe infra-rouge / Machines à glaçons

## MOYENS D'ENCADREMENT :

Livret de recettes

Evaluation à chaud en fin de formation

Vis-à-vis du formateur : point en amont de la formation avec restitution du besoin client

Point en fin de journée de formation, recueil des impressions, régulation sur les autres journées en fonction de l'évolution pédagogique

Evaluation à chaud en fin de formation et à froid effectuée auprès des stagiaires

## MODALITES DU SUIVI :

Le suivi de l'exécution de l'action se fait à l'aide de feuilles de présence émargées par les stagiaires. Elles sont signées par demi-journée par les stagiaires et le formateur, l'objectif étant de justifier la réalisation de la formation. C'est à partir de ces feuilles d'émargement que sont réalisées les attestations d'assiduité.

L'Ecole Christian VABRET – Boulangerie – Pâtisserie Cuisine établira pour chaque stagiaire :

- Une attestation de présence – feuille d'émargement
- Une attestation de suivi de formation