

MODULE CUISSON

MISE EN ŒUVRE DES TECHNIQUES DE CUISSON POUR AMELIORER VOS RESULTATS

Cuisiner, c'est avant tout cuire. D'une bonne maîtrise des cuissons, du bon choix de la cuisson à mener dépend le résultat obtenu...

Objectif principal de la formation

Choisir et appliquer la meilleure cuisson à adapter à un produit donné

Objectifs intermédiaires

A l'issue de ce stage, le stagiaire sera capable de :

- Citer et expliquer les principales modifications dues à la cuisson

Les modifications physico-chimiques sont la clef de la compréhension du principe de cuisson.

- Justifier le choix d'une cuisson en fonction de l'aliment et du résultat attendu

Chaque cuisson est adaptée à un résultat attendu et à une texture précise

- Mise en œuvre des cuissons longues

Ragoût, fricassée et viandes braisées

- Cuire dans une ambiance humide

Pocher, étuver, glacer

- Cuire au four

Rôtir, poêler, papillote

- Cuire en chaleur sèche

Sauter, griller

Public visé

Tout personnel de cuisine ayant plus de 3 mois d'expérience en cuisine et/ou titulaire d'un CAP cuisine.



Prérequis :

- Une expérience en cuisine professionnelle (3 mois minimum) et/ou un CAP cuisine est recommandé afin de faciliter la mise en pratique.

Modalités et délais d'accès :

- Formation intra-entreprise. Dates fixées conjointement. Accès sous réserve de validation du besoin et de la disponibilité des parties. Démarrage possible sous 2 à 6 semaines après validation (selon planning).

Méthodes pédagogiques :

- Apports théoriques, démonstrations, ateliers pratiques, corrections individualisées et débriefs collectifs.

Moyens et supports pédagogiques :

- Tableau / support informatique. Fiches synthétiques remises aux stagiaires. Matériel de cuisine et consommables fournis par l'entreprise d'accueil sauf mention contraire.

Encadrement :

- Formation animée par un formateur Cook Events (chef consultant).

Tarif :

- Sur devis (intra-entreprise). Financements possibles (ex. OPCO) selon éligibilité.

Contact :

- Cook Events – 1, rue Verte, 59 620 Aulnoye-Aymeries –

Email : nathalierichardvitton@gmail.com – Tél : 07 78 04 03 64

Durée et lieu du stage

Le stage a lieu dans les locaux de production du bénéficiaire.
La durée prévue est de 2 jours de formation.

Déroulement du stage (répartition matin / après-midi)

Jour 1 – Matin (théorie / bases techniques)

- Rappels de sécurité alimentaire et d'hygiène liés aux cuissons (températures, refroidissement, maintien chaud/froid).
- Principes de transfert de chaleur : conduction, convection, radiation – impacts sur texture et cuisson.
- Présentation des modes de cuisson : rôtir, poêler, sauter, braiser, mijoter, vapeur, pochage, cuisson basse température...
- Construction d'un protocole de cuisson : grammages, temps, températures, points de contrôle.

Jour 1 – Après-midi (atelier / mise en pratique guidée)

- Mise en œuvre d'exercices techniques sur plusieurs denrées (selon le panier) : choix du mode de cuisson, marquage, repos.
- Mesures et contrôles : sonde, points de cuisson, pertes à la cuisson, restitution des jus.
- Ajustements techniques en direct : coloration, humidité, liaison, récupération et valorisation des sucs.
- Débrief collectif : analyse des résultats (texture, jutosité, coloration, régularité) et corrections.

Jour 2 – Matin (production autonome accompagnée)

- Chaque stagiaire réalise une préparation complète intégrant un ou plusieurs modes de cuisson, avec un plan de cuisson et une organisation de poste.
- Le formateur conseille, corrige ou valide les choix techniques, et veille au respect des règles d'hygiène et d'ergonomie.

Jour 2 – Après-midi (finalisation / dressage / évaluation)

- Finalisation, dressage et service selon le type de restauration de l'entreprise.
- Évaluation organoleptique (goût, texture, assaisonnement, cuisson) et analyse technique (cohérence du protocole, maîtrise des températures).
- Capitalisation : points forts, axes d'amélioration et recommandations reproductibles en entreprise.

Evaluation des stagiaires

- ✓ Durant la réalisation technique, le formateur procède à une évaluation sommative sur les objectifs à maîtriser.
- ✓ A l'issue de l'exercice, une évaluation est faite par le biais d'un QCM.
- ✓ La note du QCM et celle de l'évaluation sommative définissent le pourcentage de compétences acquises.
- ✓ Une attestation de fin de stage indiquant le pourcentage acquis sera remise à chaque stagiaire, ainsi qu'au responsable de l'entreprise

Les formations dispensées par Cook Events peuvent être adaptées en fonction des besoins et compte tenu des difficultés particulières liées au handicap.

Nous mettons tout en œuvre pour vous assurer une pédagogie qui vous permet la meilleure accessibilité à nos formations.

Contactez-nous et construisons ensemble la formation la mieux adaptée.