

# SE PERFECTIONNER EN CUISINE

## LA CUISSON SOUS VIDE ET A BASSE TEMPERATURE

(Valant objectif professionnel) Page 1/2



### Objectifs opérationnels de développement des compétences professionnelles

- \* Développer ces connaissances sur la cuisson sous vide (partie théorique)
- \* Maîtriser des notions de réglementation spécifique (Température de stockage, étiquetage, durée de conservation, enregistrements, contrôles).
- \* Maîtriser la technique de conditionnement, la conservation des produits, leur fraîcheur en respectant la législation en vigueur (la traçabilité) avec des mises en pratique.
- \* Effectuer de multiples mises en pratiques (fruits et légumes, viandes et poissons) pour organiser son travail avec une meilleure gestion du temps
- \* Préserver les qualités organoleptiques des aliments : la couleur, l'aspect et le goût des légumes

### Programme de formation et de développement des compétences professionnelles

- \* Présentation du (ou des) formateur(s) et des stagiaires
- \* Partie théorique sous forme de diaporama (livret de formation avec contenu technique, des recettes et tableaux de cuisson ... barème de température) : connaissance des préparations sous vide et la réglementation
- \* Mises en pratique sur de multiples produits choisis par l'entreprise et les stagiaires.
- \* Avantages concrets de l'utilisation de la technique sur divers produits (légumes, viandes, poissons, ...).
- \* Répondre à des problématiques de temps de cuisson, d'organisation, et de qualité des produits
- \* Débriefing sur les produits travaillés (textures, couleurs, saveurs, qualité organoleptique...)
- \* Optimiser l'utilisation du matériel, permettant la mise en œuvre des diverses techniques de cuisson sous vide (de la fabrication à la consommation : la traçabilité)
- \* Applications concrètes de l'influence des températures sur les produits (seuils de température).
- \* Allier la cuisson sous vide à une cuisson à basse et juste température
- \* Maîtriser une liaison froide en appliquant une remise en température adéquate.
- \* Effectuer un stockage pertinent des produits travaillés (respect des températures)
- \* Respecter la réglementation en vigueur avec une production en liaison froide, en liaison chaude « notions de HACCP, protocole de refroidissement ».
- \* Préconisations personnalisées à la structure, pour une mise en œuvre optimale de ces techniques.
- \* Les avantages économiques pour le gestionnaire.
- \* Les avantages techniques pour le personnel (Rendu du produit, nettoyage, manipulations, usure du matériel...)
- \* Dégustation de la production et analyse critique

*En fin de stage : questions diverses, analyse et synthèse avec les stagiaires et le(s) formateur(s)*

**Remarque** : Un descriptif de programme est affiné en amont de la formation afin de répondre au mieux aux besoins de l'entreprise en fonction des objectifs à atteindre avec une notion de faisabilité. CFMB GESTES PRO tiendra compte des contraintes de l'établissement où se déroulera cette formation en intra.

**Public concerné** : Chef de cuisine, cuisiniers, ...

**Dates, durée, rythme** : 3 journées, 3 x 7 heures soit 21 heures

*Matin de* : à déterminer / *Après-midi de* : à déterminer

**Lieu de formation** : Intra, Lieu à définir

**Formateurs** : Julien Anglade Professionnel, Formateur Chef de cuisine

**Coût** : Devis ci-joint pour x participants

**CFMB GESTES PRO** 19 Allée des Amandiers 33140 Villenave d'Ornon

Portable : 07 86 95 61 89 Tél : 05 57 77 94 02 E mail : [contat@gestespro.com](mailto:contat@gestespro.com) Site : [www.gestes-pro.com](http://www.gestes-pro.com)

Siret : 479 623 175 000 37 Naf : 8559 A N° de TVA Intracommunautaire FR55 479 623 175 000 37

Numéro de déclaration d'activité N° 72330651033 enregistré auprès du préfet de Région Nouvelle Aquitaine

Ce numéro d'enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat Programme mis à jour le 01/04/2020

# SE PERFECTIONNER EN CUISINE

## LA CUISSON SOUS VIDE

(Valant objectif professionnel) Page 2/2

### Pré requis :

Le stagiaire doit être en contact avec l'alimentaire

Maîtriser ou connaître des techniques culinaires de base

Un questionnaire est remis en début de formation (positionnement à l'entrée) :

cela permettant de connaître le savoir du stagiaire sur la thématique de stage proposée.

### Modalités techniques, pédagogiques et d'encadrement :

Cette formation est dispensée par 1 formateur Professionnel, Chef de cuisine dont le rôle :

#### Méthode pédagogique :

Il utilise une **méthode active et expérientielle** en proposant un apport théorique se rapportant sur de nombreux cas concrets et vécus permettant aux stagiaires d'assimiler plus facilement les objectifs à atteindre. Il utilise ses compétences professionnelles et législatives permettant aux personnes présentes de mettre en pratique les connaissances acquises dans leur entreprise à l'issue de la formation.

Allier les compétences professionnelles de l'intervenant à l'aide de divers supports

Il utilise une **méthode affirmative et démonstrative** :

Montrer (démonstration), faire faire (expérimentation) et faire dire (reformulation)

#### Moyens pédagogiques :

Remise d'un livret de formation (recettes et/ou support théorique, barème de température, ...)

Le formateur fournit du matériel spécifique selon les besoins pour le bon déroulement du stage en entreprise (machine sous vide performante, thermoplongeur, sondes de cuisson spécifiques au sous vide, le consommable nécessaire pour la formation, ...)

#### Techniques pédagogiques :

De multiples mises en pratique sont faites en entreprise selon les besoins des stagiaires

Autoévaluation commune (stagiaires et formateur) autour des dégustations des préparations faites

Le formateur utilise une cuisine équipée et une salle mises à disposition par la structure ou s'effectue la formation (salle de séminaire,...) pour les parties théoriques et pratiques

### En fin de formation :

Remise d'un Certificat de Réalisation (attestation de présence, d'assiduité et de fin de formation) signée par le formateur, le stagiaire

### Modalités d'évaluation des connaissances :

Objectifs de la formation et questionnement des stagiaires sur les attentes liées au stage

Un test de positionnement sous forme de questionnaire est utilisé en début de formation (pré-requis) et en fin de stage (avant et après) : cela permet de valider l'évaluation formative et l'acquisition de nouvelles compétences suite à la formation.

La fiche d'évaluation ou d'appréciation est remplie en fin de stage et un autre à froid dans les 6 mois

**CFMB GESTES PRO** 19 Allée des Amandiers 33140 Villenave d'Ornon

Portable : 07 86 95 61 89 Tél : 05 57 77 94 02 E mail : [contat@gestespro.com](mailto:contat@gestespro.com) Site : [www.gestes-pro.com](http://www.gestes-pro.com)

Siret : 479 623 175 000 37 Naf : 8559 A N° de TVA Intracommunautaire FR55 479 623 175 000 37

Numéro de déclaration d'activité N° 72330651033 enregistré auprès du préfet de Région Nouvelle Aquitaine

Ce numéro d'enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat Programme mis à jour le 01/08/2022