

# PROGRAMME DES COURS



## Découverte de la cuisine – Niveau 1

### I. En technologie cuisine – hygiène et sécurité

- ☑ Acquérir les notions élémentaires relatives à:
  - L'hygiène:
    -  individuelle: hygiène corporelle, hygiène des vêtements et influence de l'état de santé sur l'hygiène des mets à préparer;
    -  environnement: entretien du plan de travail, de l'outillage, de l'appareillage, du linge de cuisine et des locaux;
    -  des matières (prévention des contaminations, conservation).
  - La sécurité: définition des principaux risques et des réactions adéquates
- ☑ Décrire les principes de base de l'organisation du travail.
- ☑ Identifier et caractériser la batterie de cuisine et le petit matériel.
- ☑ Définir les termes culinaires de base.
- ☑ Identifier et caractériser:
  - Les liaisons (glucides, lipides, protides,...).
  - Les sauces de base.
  - Les techniques de cuisson:
    -  par concentration: pocher, cuire à la vapeur, rôtir, griller, frire,....
    -  par expansion.
  - Des pâtes de base.
  - Des crèmes de base.
  - Des potages purée à base de pommes de terre et de légumineuse et des soupes.
- ☑ Déterminer les règles et contraintes sous – tendant l'élaboration d'un menu (hygiène alimentaire, budget, saison, circonstances,...).
- ☑ Identifier les critères de fraîcheur des principaux produits utilisés.
- ☑ Enoncer les règles élémentaires du service et du dressage de la table.

## II. En travaux pratiques de cuisine

A partir d'une préparation de base, en s'organisant correctement dans le temps et dans l'espace et en respectant les règles d'hygiène et de sécurité:

- ☑ Sélectionner et utiliser correctement le matériel de cuisine.
- ☑ Appliquer les techniques de base propres aux préparations de:
  - Légumes: éplucher, nettoyer, découper.
  - Fruits: éplucher, nettoyer, découper.
  - Viandes de boucherie: parer, découper volailles: découper, brider.
  - Poissons: découper.
- ☑ Réaliser des préparations de base:
  - Liaisons (glucides, lipides, protides,...).
  - Sauces de base.
  - Beurre composés (maître d'hôtel, escargot, persillé,...).
  - Potages purée à base de pommes de terre et de légumineuses et soupes.
  - Pâtes de base.
  - Crèmes de base et entremets.
  - Marinades instantanées et leurs applications.
  - Soufflés chauds.
- ☑ Appliquer des modes de cuisson aux différents aliments.
- ☑ Appliquer des modes de préparation et de cuisson propres aux pommes de terre, légumes frais et légumineuses, riz et pâtes alimentaires.
- ☑ Présenter et décorer agréablement les plats réalisés.
- ☑ Assurer le dressage de la table et le service.
- ☑ Assurer l'entretien et la remise en ordre du matériel et des locaux.

# PROGRAMME DES COURS



## Découverte de la cuisine – Niveau 2

### I. En technologie cuisine

- Identifier les critères d'aménagement d'une cuisine, notamment au niveau ergonomique.
- Enrichir son vocabulaire culinaire.
- Identifier et caractériser :
  - Des crèmes, veloutés, consommés, bisques et potages spéciaux.
  - Des dérivés des sauces de base.
  - Une pâte à choux, une pâte feuilletée et une pâte sablée.
  - Des dérivés des crèmes de base.
  - des techniques de cuisson mixte: braiser, sauter en sauce, ...
- Etablir un menu en tenant compte des valeurs nutritionnelles, du budget, de la saison, des circonstances, ...
- Enoncer les règles de base de la décoration d'une table (nappage, serviettes,...) et du service simplifié.

### II. En travaux pratiques de cuisine

Sur base d'un menu établi, en s'organisant correctement dans le temps et dans l'espace et en respectant les règles d'hygiène et de sécurité:

- Sélectionner et utiliser correctement le matériel de cuisine.
- Appliquer des techniques propres aux préparations de légumes, fruits, viandes de boucherie, volailles, poissons, gibiers, mollusques et crustacés.
- Réaliser des préparations:
  - Crèmes, veloutés, consommés, bisques et potages spéciaux
  - Dérivés des sauces de base
  - Pâtes à choux, pâtes feuilletées et pâtes sablées
  - A base de produits semi – finis
  - Dérivés des crèmes de base et entremets
  - Marinades crues et leurs applications
  - Soufflés froids
- Appliquer des modes de cuisson aux différents aliments.
- Dresser une table (nappage, serviettes,...).
- Présenter et décorer de manière agréable les plats réalisés.
- Assurer le service simplifié.
- Assurer l'entretien et la remise en ordre du matériel et des locaux.

## Organigramme

