



La cuisine alternative : céréales et légumineuses

PRÉSENTIEL

SUR-MESURE

Objectif de formation

Apprenez à diversifier votre alimentation en intégrant une variété de protéines végétales dans vos recettes pour créer des plats savoureux et équilibrés. Repensez l'utilisation de la viande dans vos menus pour enrichir votre offre alimentaire. Cette formation vous permettra de développer vos compétences en explorant de nouvelles techniques culinaires et modes de cuisson

Programme

Comprendre la notion de « Bien Manger »

Réflexion autour de l'alimentation et de la place de la viande dans les repas quotidiens
Echanges entre professionnels sur l'aspect nourricier d'un repas quotidien

Découvrir l'intérêt nutritionnel et gustatif de produits végétaux

Pourquoi associer céréales et légumineuses?

Savoir communiquer avec ses clients

Comment progresser vers une alimentation durable
Notion de transition alimentaire
Comment communiquer autour de nous : travail, convives, famille

Améliorer la qualité de son offre alimentaire en créant de la valeur ajoutée

Connaître et réaliser la fabrication en cuisine des types de cuissons spécifiques aux légumineuses et céréales bio
Elaborer des plats et desserts à base de légumineuses en maîtrisant le zéro déchet
Comprendre et pratiquer les modes opératoires : cuisson des légumineuses (trempage, cuisson)
Cuisson des céréales (les différentes familles)

Connaître des process de fabrication pour adapter et varier ses recettes

Les bases de la cuisine alternative
Présentation et découverte de la diversité des légumineuses et céréales bio
Atelier " Reconnaître les céréales et les légumineuses"

Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Professionnel de la restauration maîtrisant les bases en cuisine.

Durée

1 Jour dont 7 Heures en centre

Tarif(s) net de taxe

Nous consulter

Adresse

Site de Rennes/Bruz
Campus de Ker Lann,
6 Rue des frères Montgolfier, BP
17201

35172 Bruz

<https://www.cci-formation-bretagne.fr/ille-et-vilaine>

Les points forts de la formation

- Formation très opérationnelle avec réalisation de recettes
- Des process de fabrication reconnus afin de valoriser ces produits issus de filières locales et de saison.

Les conditions d'admission

Prérequis

Aucun

Le parcours de formation

Objectifs pédagogiques

Comprendre la notion de « Bien Manger ». Découvrir l'intérêt nutritionnel et gustatif de produits végétaux. Savoir communiquer avec ses clients. Améliorer la qualité de son offre alimentaire en créant de la valeur ajoutée. Connaître des process de fabrication pour adapter et varier ses recettes

► PRÉSENTIEL

Modalités d'évaluations

Dans le cadre de notre process qualité, évaluation systématique des éléments acquis en fin de formation.

Modalités pédagogiques

Méthode participative, active, mise en situation, apports théoriques, livret stagiaire avec fiches techniques, auto-évaluation.

Les sessions



Bruz

- 3 juin 2026
- 18 novembre 2026

Date et mise à jour des informations : 15/04/2026

Extrait de la description de la formation. Consultez l'intégralité des informations relatives à cette formation sur notre site internet www.cci-formation-bretagne.fr

Contacts



GANDOURINE Marie

Marie.GANDOURINE@ille-et-vilaine.cci.fr

CCI Formation Ille-et-Vilaine - Site de Ker Lann - N° SIRET 130 022 809 00011 - N° d'activité 53351000435
Campus de Ker Lann, 6 Rue des frères Montgolfier, BP 17201 - 35172 Bruz
Tél. : 0299054545 - cci.formationcontinue@fac-metiers.fr - <https://www.cci-formation-bretagne.fr/ille-et-vilaine>

