



Techniques professionnelles - Bases

NOUVEAUTÉ

PRÉSENTIEL

SUR-MESURE

INTER ENTREPRISE

Objectif de formation

À l'issue de la formation, les participants seront capables d'appliquer les techniques de base en découpe, cuisson et dressage pour réaliser des préparations professionnelles (viandes, poissons, volailles, œufs), en respectant les standards d'hygiène, de sécurité et de qualité du secteur.

Programme

Organiser son poste de travail et maîtriser les taillages de base

Jour 1 - Matin

Mise en place du poste de travail

Règles d'hygiène et sécurité

Présentation du matériel

Taillages réguliers : émincer, ciseler, brunoise, macédoine, mirepoix, julienne, jardinière etc...

Techniques spécifiques : tourner les légumes, paysanne, suprêmes d'agrumes etc...

Atelier pratique : entraînement sur légumes variés avec correction individuelle des gestes

Techniques de conservation

Méthodes pour préserver la qualité et limiter le gaspillage

Jour 1 - Après-midi

Préparer un classique mijoté (à blanc ou à brun) équilibré en appliquant les techniques de cuisson et d'assaisonnement

Étapes clés : préparation des ingrédients, cuisson (contrôle des températures), liaison, finition

Réinvestissement des taillages pour les garnitures aromatiques

Travail sur les garnitures d'accompagnements : cuisson à l'anglaise, glaçage à blanc ou à brun, réduction des sauces

Atelier pratique : réalisation en binôme, avec focus sur le contrôle des textures et assaisonnements

Dégustation et analyse sensorielle

Choisir et appliquer les modes et types de cuisson adaptés aux aliments en réalisant des préparations professionnelles standardisées

Jour 2 - Matin

Habiller et cuire un poisson en respectant les techniques professionnelles et les règles d'hygiène

Habillage : poisson à 2 et 4 filets (démonstration + pratique)

Conditionnement et hygiène : manipulation, conservation, gestion des déchets

Réalisation de recettes traditionnelles : recette avec un poisson à 4 filets et recette avec un poisson à 2 filets

Recette & Dressage moderne, tout en préservant et respectant les techniques de base

Jour 2 - Après-midi

Découper une volaille et cuisiner œufs et volaille en respectant les techniques classiques et contemporaines

Découpe d'une volaille crue

Atelier : recettes à base de volaille avec accompagnement (gestion des temps de cuisson, assaisonnement)

Cuissons des œufs en coquille (mollet, dur), omelette "palace", œufs brouillés

Focus : texture, onctuosité, et présentation

Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Professionnel de la restauration maîtrisant les bases en cuisine.

Durée

2 Jours dont 14 Heures en centre

Tarif(s) net de taxe

740 € par stagiaire

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

- Mini groupes pour favoriser les échanges entre professionnels
- Formation opérationnelle avec réalisation de recettes



Les conditions d'admission

Prérequis

Aucun pré-requis

Le parcours de formation

Objectifs pédagogiques

Organiser son poste de travail et maîtriser les taillages de base. Choisir et appliquer les modes et types de cuisson adaptés aux aliments en réalisant des préparations professionnelles standardisées.

► PRÉSENTIEL

Modalités d'évaluations

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

Modalités pédagogiques

Démonstrations pas à pas par le formateur. Ateliers pratiques en binôme, avec accompagnement individualisé. Dégustations comparatives et analyses sensorielles. Supports : Fiches techniques

Date et mise à jour des informations : 20/05/2026

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

Les sessions



Bruz

- Les 2 et 3 novembre 2026

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>

