



Associer les légumes et les céréales au fil des saisons

SUR-MESURE

INTER ENTREPRISE

Objectif de formation

À l'issue de la formation, vous serez capable de mettre en valeur les légumes et les céréales dans vos réalisations culinaires.

Programme

Connaître les légumes et les céréales de saison

- Les différentes gammes de légumes et de céréales
- Le calendrier d'achat et la classification
- Les tendances de consommation

Travailler les légumes et les céréales dans différentes recettes de saison

- Les techniques de taillage des légumes
- L'association des céréales autrement
- Les assaisonnements des légumes et des céréales
- Quelques recettes de légumes et de céréales qui allient les légumes et les céréales

Appliquer les techniques de cuisson adaptées

- La qualité des céréales et des légumes au travers de l'approche nutritionnelle
- Les différentes préparations de légumes et de céréales : crus, cuits, marinés, cuisinés...
- Quelques recettes inventives selon les saisons

Déguster et découvrir de nouvelles saveurs

- L'association des légumes et des céréales du terroir avec des plats de viandes, de poissons
- La déclinaison des légumes et des céréales de l'entrée jusqu'au dessert
- Quelques recettes savoureuses selon les saisons

Réaliser des menus innovants en plaçant le végétal à l'honneur

- La connaissance des bienfaits nutritionnels des protéines végétales
- La cuisine de demain pour répondre aux attentes végétariennes
- La réalisation de mets complets uniquement végétaux (légumes et céréales)

Dresser et mettre en valeur les assiettes

- La valorisation des légumes et des céréales dans l'assiette de l'entrée jusqu'au dessert
- Le choix de la vaisselle pour sublimer les plats
- Le jeu des contrastes et des assemblages de couleurs avec les aliments, les symétries ou les asymétries.

La réalisation des recettes se fera en fonction des produits de saison et de l'approvisionnement

Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Professionnel de la restauration : salariées des entreprises de l'hôtellerie, de la restauration et des activités du tourisme, dirigeant, extra, saisonnier, demandeur d'emploi.

Durée

1 jour dont 7 heures en centre

Tarif(s) net de taxe

350 € par stagiaire

Adresse

Quimper - CFTMI/CEL
145 Avenue de Keradenec,
CS 76029,

29330 Quimper

<https://cci-formation-bretagne.fr/finistere>

Les conditions d'admission

Prérequis

Maîtriser les techniques de base en cuisine.

Le parcours de formation

Objectifs pédagogiques

Connaître les légumes et les céréales de saison. Maîtriser les différentes techniques de cuisson. Associer les saveurs. Appliquer les règles d'hygiène et de sécurité

► PRÉSENTIEL

Modalités d'évaluations

Les connaissances individuelles sont évaluées pendant la formation et à l'issue de la formation.

Modalités pédagogiques

Mise en application, confection des recettes, présentation, dégustation. Correction si besoin par le formateur.

Les sessions



Quimper

- Nous contacter

Date et mise à jour des informations : 08/01/2024

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



LE GALL Carine

formation.morlaix@bretagne-ouest.cci.bzh

CFTMI/CEL Quimper - N° SIRET 130 022 932 00326 - N° d'activité 53290897729

145 Avenue de Keradennec, CS 76029, - 29330 Quimper

Tél. : 02 98 98 29 78 - formation.quimper@finistere.cci.fr - <https://cci-formation-bretagne.fr/finistere>



**CCI FORMATION
BRETAGNE**