

CENTRE

Axe 5 : Services logistiques

Module n°2 : MOD2 - Cuisson et valorisation des légumes

Contexte

Les besoins peuvent être différents d'une structure à une autre, suivant les pathologies accueillies, aussi l'ANFH Centre-Val de Loire souhaite proposer des modules distincts et courts sur différentes thématiques

Objectifs

- Acquérir les techniques nécessaires à la cuisson des légumes en optimisant les gestes et les coûts, dans un souci constant d'amélioration de la qualité
- Adapter les techniques de cuisson pour valoriser les légumes
- Mettre en place l'organisation des postes de travail ajustée à ces techniques

Renseignements complémentaires

Financement : plan ets

Programme

Présentation de la formation - introduction

- Le vieillissement et l'alimentation
- Le rôle du repas
- Rappels sur les règles d'hygiène en restauration collective

La maîtrise de la cuisson des légumes

- Les réactions physico-chimiques
- L'analyse comparative de la cuisson à la vapeur et de la cuisson à l'anglaise (temps, énergie, rendu)
- La conservation de la qualité intrinsèque des légumes (texture,....)

La conduite de la cuisson à l'anglaise

- La cuisson des légumes verts

<https://www.anfh.fr/les-offres-de-formation/AY6Amwig0EhXtQqDfOku>

- L'aromatisation des légumes

La réalisation de gratins complets

- Le gratin de pommes de terre

La découverte d'une nouvelle méthode de cuisson du riz et des pâtes

- Le procédé de cuisson du riz pilaf et la réduction des manipulations (et déclinaisons, etc....)
- Le procédé de cuisson des pâtes et leur maintien en température sans sur-cuisson
- L'aromatisation et la réduction de la matière grasse dans les pâtes
- Les sauces et les hors-d'œuvre

Les assaisonnements

- La réalisation des sauces allégées (réduire de moitié la matière grasse) et stables, adaptées aux légumes froids et chauds

La réalisation de hors d'œuvres

- L'élaboration des salades de légumes cuits
- L'amélioration de l'assaisonnement et l'assurance d'un meilleur service rendu

Le dressage et la présentation des productions

- La composition et l'harmonie des salades composées
- La présentation à l'assiette

Public

Métiers de la restauration (cuisinier, agent de restauration)

Exercice

2025

Code de formation

T170

Nature

AFC

Organisé par

AFPA - Fin de marché 04/07/2025

Durée

14 heures

Typologie

Formation continue ou Développement des connaissances et des compétences