Techniques professionnelles - Bases

Cuisine - Hôtellerie - Restauration

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 26201734F — Mise à jour : 11 mars 2026

Organisme responsable : **CCI35 - Faculté des métiers - Site de Bruz Ker Lann**

Présentation de la formation

Objectifs

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.

Objectif(s) pédagogique(s)

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.

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

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée
Sans niveau spécifique

Niveau de sortie
Sans niveau spécifique

Métiers associés

G1404 — Management d'établissement de restauration collective

G1601 — Management du personnel de cuisine

G1602 — Personnel de cuisine

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2237483S	Présentiel	Bruz	01/01/2026	31/12/2026

Source : GREF Bretagne #26201734F