Formation Techniques de cuisson sous vide et basse température

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 26218188F — Mise à jour : 27 août 2026

Organisme responsable : **CCI35**

Présentation de la formation

Objectifs

- Maîtriser l'utilisation du matériel de cuisson sous vide et les protocoles d'hygiène spécifiques.
- Élaborer des plats complets en exploitant les techniques de cuisson sous vide.
- Optimiser l'organisation et la rentabilité grâce au sous vide et intégrer les cuissons vapeur et mixtes.

Programme

Maîtriser l'utilisation du matériel de cuisson sous vide et les protocoles d'hygiène spécifiques

Machines sous vide (fonctionnement, entretien, choix sacs sous-vide)

Appareils de cuisson (bains thermostatés, fours basse température)

Rappel des bonnes pratiques HACCP appliquées au sous vide (DLC, traçabilité, stockage)

Mise sous vide de différents aliments (viandes, poissons, légumes etc)

Étiquetage et conservation (températures, durées)

Ateliers culinaires : réalisation d'entrées, plats principaux et desserts

Dégustation et analyse : comparaison des résultats (texture, goût) avec des cuissons traditionnelles.

Ajustement des paramètres (température, temps) en fonction des retours sensoriels

Élaborer des plats complets en exploitant les techniques de cuisson sous vide

Principes de cuisson sous vide (températures, temps, avantages gustatifs)

Adaptation des recettes traditionnelles au sous vide

Ateliers culinaires : réalisation d'entrées, plats principaux et desserts

Dégustation et analyse : comparaison des résultats (texture, goût) avec des cuissons traditionnelles

Ajustement des paramètres (température, temps) en fonction des retours sensoriels

Optimiser l'organisation et la rentabilité grâce au sous vide et intégrer les cuissons vapeur et mixtes

Planification des cuissons (préparation à l'avance, gestion des stocks)

Intégration des plats sous vide dans un menu (ex. : plats du jour, menus dégustation)

Techniques de cuisson vapeur (ex. : légumes croquants, poissons délicats)

Combinaisons avec d'autres méthodes (ex. : vapeur pour les légumes)

Ateliers culinaires : réalisation d'entrées, plats principaux et desserts avec techniques de régénération, de dressage et d'envoi

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Sans niveau spécifique	**Sans niveau spécifique**

Métiers associés

H2102 — Conduite d'équipement de production alimentaire

H2504 — Encadrement d'équipe en industrie de transformation

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2368673S	Présentiel	Bruz	18/08/2026	31/12/2027

Source : GREF Bretagne #26218188F