

Intervenant : Expert en restauration collective et sous vide.

Sanction : Certificat de réalisation

## Lieux :

Dans les locaux de votre entreprise.

## Dates :

Nous consulter.

## Tarifs :

1250 € net de taxes / jour et hors  
frais. Tarif ajustable / au projet.

## Durée :

2 Jours consécutifs.

## Qui est concerné?

Chef de cuisine, cuisinier, responsable de  
production, porteur de projet.

## Les stagiaires :

1 à 8<sup>maxi</sup>.

# Programme de formation :

Réf.: INTR5  
Intra-entreprise

## → 1/ ÉVALUONS VOS CONNAISSANCES.

## → 2/ LES EFFETS DE LA CHALEUR SUR LES ALIMENTS ET LA NUTRITION.

La structure du muscle et les conséquences sur sa cuisson. / La structure des légumes, des légumineuses, des céréales, des fruits et les conséquences sur leur cuisson. / Transformation physico-chimique des aliments. Du couple temps température à la juste cuisson.

## → 3/ LA TECHNIQUE DU SOUS VIDE EN BOCAUX.

Les différents types de cuissons en bocaux sous vide. Cuisson de nuit en bocaux sous vide. Conditionner les aliments crus et obtenir un plat finalisé prêt à refroidir (y compris viandes ou produits végétaux avec sauce) Conditionnements à chaud ou à froid avant cuisson ? Simplifier les modes opératoires pour gagner en efficacité et qualité (organoleptique et nutritionnelle). Les différents matériels de cuisson ; Définir l'investissement le plus judicieux / à votre projet et budget)

## → 4/ LA MAÎTRISE SANITAIRE DES CUISSONS BASSE TEMPÉRATURE ET SOUS VIDE.

Contaminations des aliments et développement des bactéries. / La destruction des germes par la chaleur. Calculer les valeurs pasteurisatrices (Vp). / Quel VP minimum ? / Prolonger les DLC, les règles. / L'analyse des risques des cuissons sous vide en bocaux.

## → 5/ SESSION DE PRISE EN MAIN DES TECHNIQUES CULINAIRES AU TRAVERS DE MISE EN OEUVRE DE RECETTES (50% DU TEMPS TOTAL DE LA FORMATION).

Les cuissons de nuit sous vide. / Cuisson à juste température de jour. / Recette à base de viandes, légumes, légumineuses, céréales, fruits. Purées salées et sucrées. / Valoriser les muscles de 2ème et 3ème catégorie. Accroître son efficacité et sa rentabilité en simplifiant les recettes. / Application du système de traçabilité.

## → 6/ VÉRIFICATION DES ACQUIS.

Questionnaire de vérification des acquis. / L'évaluation de la Formation. / Débriefing avec le formateur.

Effcience  
Qualité nutritionnelle  
Innovation

## Les prérequis :

Pas de prérequis

## Pédagogie :

Alternance d'apports théoriques avec des  
ateliers de cuisine.

Questions au fil de l'eau

QCM

## Point particulier :

Possibilité d'organiser des sessions 100%  
végétales.

# Objectifs Pédagogiques :

✓ Mettre en œuvre des recettes sous vide en bocaux en verre.

✓ Identifier les pratiques à risque.

✓ Identifier les règles pour prolonger les DLC.