

### CUISINE ET TRADITION

#### Objectifs :

- Renforcer ses capacités culinaires par l'application d'une cuisine traditionnelle
- Maîtriser les techniques de cuisson en valorisant ses produits
- Maîtriser les sauces, les jus, dans le respect d'une cuisine tradition
- Perfectionner l'apport de saveur par l'assaisonnement
- Organiser sa production en fonction des techniques culinaires choisies
- Mettre en valeur sa prestation

#### Personnes concernées :

Chef de cuisine – Second de cuisine - cuisinier

#### Méthode Pédagogique:

Active et participative  
Pratique culinaire  
Utilisation des expériences

#### Durée:

14 heures

#### Evaluation des acquis :

- Contrôle des connaissances théoriques par la mise en place:
- d'un questionnaire en début et en fin de formation
  - Mise en situation des participants

#### *Le respect des normes d'hygiène en production*

Rappel des principes de base tout au long de la pratique culinaire

#### *Maîtriser les techniques des cuissons traditionnelles*

Braiser, poêler, rôtir, sauter, pocher, étuver, ragout, vapeur

Les différents appoints de cuisson

Déterminer une organisation de travail au travers des cuissons viandes, poissons, légumes, féculents

#### *Les assaisonnements réussis et leurs importances*

La perception des saveurs

Savoir apporter les différents exhausteurs de goût

Utiliser les épices, aromates, herbes aromatiques

#### *La réalisation de sauces et autres jus d'accompagnement*

Savoir réaliser une sauce, un jus, une émulsion

La réalisation des fonds de sauce « maison » dans le respect de la réglementation (Fumet de poisson, fond de veau, fond blanc de volaille...)

Maîtriser les différents éléments de liaison

#### *La mise en valeur de l'assiette*

Travail sur les formes, les contenants, le détail, la vue d'ensemble

Définition et connaissance du FRAC