

Les bases de la cuisine traditionnelle



Cette formation a pour but d'acquérir les gestes de bases du cuisinier.
Les recettes de base seront aussi à l'ordre du jour .

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Acquérir les techniques professionnelles des bases culinaires
- Maîtriser l'environnement de travail en cuisine professionnelle
- Réaliser et présenter des productions de l'entrée au plat.

PROGRAMME

Traitement des légumes

- Connaître les différents légumes et méthodes de lavage.
- Savoir les éplucher.
- Maîtriser les différents taillages.
- Démonstration en cuisine

Actions préliminaires sur la viande et la volaille

- Parer, désosser, dénervé, détailler, découper une pièce de viande.
- Savoir classer les différents morceaux de viande ainsi que leur mode de cuisson et leur utilisation.
- Démonstration et mise en situation

Traitement du poisson

- Identifier les différents poissons et crustacés. Les catégoriser.
- Maîtriser les critères de fraîcheur.
- Travaux pratiques : ébarber, écailler, vider, étêter, fileter et piécer un poisson.
- Cuisson les fruits de mer en incluant leur traitement préalable.

Cuissons

- Cuire dans un liquide
- Cuire des œufs sous toutes ses formes
- Griller, braiser, poêler, sauter, rôtir : viandes, abats ou volailles
- Cuire des légumes, des pâtes, du riz
- Frire des aliments
- Griller, braiser, poêler, sauter : poissons plats et ronds
- Cuire à la vapeur des poissons plats et ronds
- Cuire avec une sonde (à cœur) ...

Durée

35 HEURES

Tarif

1750 €

Pré-requis

aucun

Profil du stagiaire

**Chef, gérant, toute personne
travaillant en cuisine.**

Délai d'accès à la formation

2 à 4 semaines selon financement

Équipe pédagogique

Formateur spécialisé

Moyens pédagogiques et
techniques

-Salle dédiée à la formation

-Supports de formation

-Exposés théoriques

-Étude de cas concrets

Évaluation de la formation

-Feuilles de présence

-Questions orales ou écrites

-Mises en situation

-Questionnaires d'évaluation

**-certificat de réalisation de la
formation**

Les bases de la cuisine traditionnelle

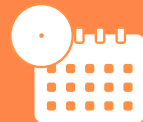


Appareils fonds et sauces

- Réaliser des beurres composés crus
- Réaliser des purées de légumes
- Réaliser des sauces et marinade
- Lier : à la farine, au roux, à la fécule ...
- Réaliser une sauce au vin rouge
- Réaliser un fumé de poisson simple
- Réaliser des fonds et des veloutés
- Utiliser des produits semi-élaborés ...

Mise en pratique

- Potage Parmentier
- Soles meunière
- Omelette roulée
- Crème Dubarry / velouté Dubarry
- Macédoine de légumes
- Blanquette de veau



Mise à jour

Juin 2025



Taux de satisfaction de nos
stagiaires (juin 2025 - juin
2026)

100%