
Sommaire

page	2	● Présentation du livret 1.
page	3	● Présentation du « Parrain » de promotion
page	4	● L'échéancier annuel des PFMP
page	5	● Progression hebdomadaire des matières professionnelles par contexte
page	8	● Tableau récapitulatif des techniques culinaires
page	10	● Les 25 recettes de base à maîtriser en CAP cuisine
page	11	● Le matériel
page	17	● Prise en main des couteaux.
page	18	● Mise en place du poste pour éplucher. ● Préparations préliminaires des légumes.
page	20	● Récapitulatif des tailles de légumes.
page	22	● Les pommes de terre tournées.
page	24	● Les pommes de terre taillées
page	26	● Présentation du tableau de préparation d'APS.
page	27	● Présentation du tableau de progression chronologique des tâches.
<i>Le sommaire par page des APS à partir de la semaine 44 est indiqué sur le tableau de progression page 6, 7 et 8.</i>		

CAP CUISINE

Présentation du livret 1 – 1^{ère} année de formation

Bienvenue en CAP CUISINE au Lycée polyvalent d'hôtellerie et de tourisme de Gascogne, ceci est votre 1^{er} livret de suivi de formation vous en aurez 4 au total, un par semestre, au cours de vos deux années de formation.

Présentation / recommandation

Vous venez d'entrer en formation pour valider le diplôme du CAP CUISINE en deux ans. Ce livret contient toute la progression des matières professionnelles du 1^{er} semestre organisé selon des contextes de formation (voir page 5). Il doit vous permettre de suivre jour après jour, semaine après semaine l'évolution de votre formation. Il doit être tenu à jour et vous servira de support dans la préparation des séances de travaux pratiques. Il doit être et rester en parfait état, vous devez l'avoir avec vous systématiquement lors de ces séances. **Tous vos professeurs doivent pouvoir le consulter à tout moment.**

Utilisation du livret :

Avant chaque séance d'APS je consulte mon livret pour :

- m'informer du menu.
- m'informer des objectifs de la séance.
- effectuer les recherches sur le vocabulaire spécifique aux APS.
- comprendre la progression des recettes et préparer des questions à poser en début de séance.

Pendant la séance je consulte mon livret pour :

- suivre le lancement du cours du professeur et comprendre les tâches que j'ai à réaliser.
- suivre la progression des recettes de cuisine et pâtisserie à réaliser.
- le compléter si nécessaire pendant les APS et TA/AE.

Après la séance

- je vérifie que toutes les parties à compléter sont à jour.
- je révise les mots nouveaux (termes techniques), le vocabulaire professionnel.
- je coche d'une croix les techniques réalisées en indiquant le niveau de maîtrise.

Pendant ou après les PFMP (période de formation en milieu professionnel)

- je coche également d'une croix les techniques réalisées en indiquant le niveau de maîtrise.

(Illustration : basedelacuisine.com)

En fin de semestre je reporte les techniques réalisées dans le nouveau livret de suivi.

Son rôle

Votre « parrain de promotion » sera désormais le lien direct et permanent entre le monde professionnel et votre formation au Lycée. Il interviendra sur de multiples manifestations comme la remise du 1^{er} livret de formation, la production d'un menu de Noël, la visite de la base 106 à Mérignac, il accueillera dans la mesure du possible certains d'entre vous en PFMP, il sera présent en tant que jury lors de vos évaluations en CCF, etc... Il sera votre premier « supporter » et vous encouragera pendant vos deux années de formation.



Mes concours de cuisine

- "Trident d'argent 2015" école de fourriers de Querqueville (sélection pour la finale) et dans les ateliers de l'institut Paul Bocuse (la finale), c'est un peu le top chef des armées....
- 41^{ème} concours culinaire et des arts de la table à Fort Lee aux Etats-Unis, le plus grand concours culinaire organisé par l'armée américaine dans lequel nous sommes entrés avec mon second avec 4 médailles dont une en or pour mon dessert froid (celui que nous ferons à Noël, je crois)
- Nous recommençons le concours du Trident cette année et nous devrions repartir aux Etats-Unis si tout va bien....

Mon parcours professionnel

- Hôtel Mercure Meriadec
- Traiteur Mont Blanc
- Potel et Chabot traiteur
- Maison de fonction durant 13 années pour de hautes autorités militaires, Mess des officiers, .
- Mission à Kaboul en Afghanistan à l'aéroport pour les militaires de retour des fronts et postes avancés du conflit Afghan. Mission particulièrement riche professionnellement et humainement souvent pénible et triste aussi avec malheureusement des pertes dans les rangs de l'armée.
- Chef de cuisine à la BA 106 de Mérignac

Ma formation

- J'ai démarré par un Bac D destiné à une carrière dans l'agroalimentaire...puis j'ai tout abandonné.
- J'ai passé un CAP et BEP de cuisine et hébergement.
- Je me suis lancé directement sur le marché du travail

Un message pour vous tous chers élèves

« En laissant tomber ma formation initiale et en pratiquant la cuisine j'ai tout simplement réalisé mon rêve, c'est assez banal mais j'y suis arrivé. Je n'étais pas inspiré par les études donc j'ai suivi mes convictions profondes pour faire ce que j'avais réellement envie, passer mes diplômes professionnels et entrer dans le monde du travail. J'ai aujourd'hui de grandes responsabilités et j'aime toujours ce que je fais au quotidien.

Je suis très honoré d'être le premier parrain de promotion de ce nouveau CAP ici au LTH de Talence, et également de la confiance que vos professeurs m'accordent pour vous suivre durant les deux années à venir.

Je vous souhaite une grande réussite à tous dans vos études et vos projets.

Très belle année scolaire à toutes et tous, vous pouvez compter sur mon soutien»

Eric Stibio

Progression 1^{er} année CAP CUISINE – 1^{er} semestre

Les matières professionnelles – Découpage hebdomadaire

CONTEXTE 1 (6 semaines)	<p>Vous entrez en formation et découvrez votre nouvel environnement de travail. Vous faites connaissance avec votre parrain de promotion qui vous suivra pendant 2 ans. L'apprentissage commence avec les premiers gestes techniques et les notions importantes de sécurité et d'hygiène. Vous intégrez une équipe de cuisine pour votre première immersion dans le milieu professionnel.</p> <p><u>Cette première période doit vous permettre de conforter votre choix de formation.</u></p>				
Semaine	Page	Thème TA/AE (2h) M.CHASSAGNE	APS 1 – jeudi matin Professeur de cuisine : M.CHASSAGNE	APS 2 – vendredi matin Professeur de cuisine : Mme CASTRO	Culture professionnelle (1h30) Mme CASTRO
Semaine 35 2 jours de présence élève		Jeudi 1 ^{er} septembre et vendredi 2 septembre. Rentrée / Accueil des élèves/ Présentation équipe pédagogique			
Semaine 36 (1)		<ul style="list-style-type: none"> 1^{er} contact « Présentation » Fiche de renseignement Présentation de la formation CAP Cuisine / métier de cuisinier 	<ul style="list-style-type: none"> Visite des locaux Remise en état des cuisines 	<ul style="list-style-type: none"> Remise des mallettes à couteaux. La tenue professionnelle Le vestiaire 	La tenue en cuisine Le petit matériel (coutellerie)
Semaine 37 (2)		Présence / présentation d' Eric Stibio parrain de promotion pour la remise du 1 ^{er} livret de formation.	<ul style="list-style-type: none"> Le petit matériel de cuisine cf livret 1. La batterie de cuisine cf livret 1. La mise en place du poste pour les préparations préliminaires cf livret 1 L'hygiène des mains / du poste, la marche en avant. 	<ul style="list-style-type: none"> Rappel APS 1 de la semaine Prise en main des couteaux cf livret 1 °1ères notions de sécurité <p>==>Cake aux pommes : révision MEP poste, hygiène mains et MEA Notion de poids et mesures (Mr Smihi)</p>	Le matériel mobile
Semaine 38 (3)		<p style="text-align: center;">Atelier expérimental</p> <ul style="list-style-type: none"> Les cuissons simples Cuire à l'anglaise 	<ul style="list-style-type: none"> Premiers taillages cf livret 1. Emincer, ciseler, en mirepoix, en paysanne, en rouelle cf livret 1. -Réalisation de cuissons simples. 	<ul style="list-style-type: none"> Taillages de légumes (suite) Tourner des P.de terre, des carottes, des courgettes. Tailler en bâtonnets (pomme allumette, pont neuf...), monder tomate,... cf livret 1 ==>Potages, fondue tomate 	Le matériel fixe
Semaine 39 (4)		<p style="text-align: center;">Technologie appliquée</p> <ul style="list-style-type: none"> La sécurité en cuisine (co-animation) 	<ul style="list-style-type: none"> Taillages de légumes suite Cuissons simples 	<ul style="list-style-type: none"> Rappel APS 1 de la semaine Réalisation d'une assiette de crudités et de cuités pour la vente à emporter. 	Hygiène et sécurité en cuisine + Evaluation

		<ul style="list-style-type: none"> Les risques (co-animation) Les pictogrammes en cuisine 	<ul style="list-style-type: none"> Réalisation d'un potage pour la vente à emporter. 	<ul style="list-style-type: none"> La mayonnaise : sauce émulsionnée froide ==>Macédoine de légumes 	
Semaine 40 (5)		Atelier expérimental <ul style="list-style-type: none"> Réaliser une pâte brisée (Les pâtes de base) 	<ul style="list-style-type: none"> Réalisation d'une pâte brisée Abaïsser Foncer un cercle à tarte Réalisation / cuisson d'une tarte fine aux pommes / base feuilletage surgelé. 	<ul style="list-style-type: none"> Taillages en brunoise de légumes, cuisson anglaise (évaluation des taillages) Appareil à crème prise salée Cuisson d'une quiche ==>Quiche aux petits légumes 	Le matériel électro-mécanique
Semaine 41 (6)	PFMP n° 1 immersion en milieu professionnel du 10/11/2016 au 15/11/2016				
Semaine 42 (7)		<ul style="list-style-type: none"> Bilan PFMP / questionnaire de confirmation de choix de formation. Présentation du 2^{ème} contexte de formation. 	Vacances de la Toussaint		
	Vacances de la Toussaint				
Semaine 43 (8)	Vacances de la Toussaint				

CONTEXTE 2 (8 semaines)	Vous intégrez l'équipe de cuisine du restaurant "Passion" à Talence près de Bordeaux qui accueille une clientèle jeune au milieu du domaine universitaire. Vous allez connaître vos premiers "coups de feu" dirigé par votre chef. Vous essayez service après service de vous améliorer dans votre organisation, dans la rigueur et la précision des gestes. Les avis de vos clients et de votre chef auront une grande importance pour évaluer le travail accompli.				
Semaine	Page	Thème TA/AE M.CHASSAGNE	APS 1 Professeur de cuisine : Jeudi matin M.CHASSAGNE	APS 2 Professeur de cuisine : Vendredi Matin Mme CASTRO	Technologie culinaire Mme CASTRO
Semaine 44 (9)	28 à 31	Vacances de la Toussaint	Crêperie <ul style="list-style-type: none"> Terrine de poisson sauce cocktail Galette complète Crème caramel. 	Crêperie <ul style="list-style-type: none"> Salade composée Galette de blé noir au saumon Coupe de glace 	Les formes de restauration
Semaine 45 (10)	32 à 33	Visite de Talence et ses points de restauration <ul style="list-style-type: none"> Les concepts de restauration 	Food truck <ul style="list-style-type: none"> Barquette de crudités Déclinaison de wraps Coupe fromage blanc Abricot 	Férié : Armistice 11 novembre 1918	
Semaine 46	34 à 37	Atelier expérimental	Street food <ul style="list-style-type: none"> Salade tomate Mozzarella 	Street food <ul style="list-style-type: none"> Velouté Dubarry 	Synthèse pâtes de base

(11)		<ul style="list-style-type: none"> Réaliser une pâte à choux (Les pâtes de base) 	<ul style="list-style-type: none"> Petite friture de poisson en goujonnette « finger », sauce tartare. Pommes vapeurs. Choux lunch chantilly 	<ul style="list-style-type: none"> Brochettes de poulet laquées, pommes dauphine <u>Tarte aux pommes</u> 	
Semaine 47 (12)	38 à 41	Technologie appliquée <ul style="list-style-type: none"> Habiller, brider une volaille pour rôtir. 	Bistrot <ul style="list-style-type: none"> Crème de potimarron et butternut en capuccino, lard fumé croustillant. Poulet rôti, jus réduit, pommes allumettes <u>Assiette de fromages</u> 	Bistrot <ul style="list-style-type: none"> <u>Terine de poisson</u> Magret sauce vin rouge, Flan de courgettes Tiramisu 	Synthèse volaille
Semaine 48 (13)	42 à 45	Technologie appliquée <ul style="list-style-type: none"> Habiller, lever des filets de poissons ronds et plats 	Brasserie <ul style="list-style-type: none"> <u>Assiette de charcuteries</u> Filet de truite meunière / riz pilaf Tarte aux pommes. 	Brasserie <ul style="list-style-type: none"> Quiche lorraine Dos de cabillaud, pistou, riz créole <u>Faisselle au miel</u> 	Synthèse poisson
Semaine 49 (14)	46 à 49	Atelier expérimental <ul style="list-style-type: none"> Réaliser une sauce béchamel 	Service buffet <ul style="list-style-type: none"> Assortiment d'entrées de saison Un poisson une viande, deux garnitures. <u>Chariot de dessert</u> 	Service buffet <ul style="list-style-type: none"> Crudités variées Spaghetti (carbonara, napolitaine ou bolognaise) Crème brûlée, crêpes (chocolat et chantilly) 	DST
Semaine 50 (15)	50 à 53	Atelier expérimental <ul style="list-style-type: none"> Réaliser une crème pâtissière (Les crèmes de bases) Les meringues (décor bûche). 	Menu de Noël. <ul style="list-style-type: none"> Assortiment de toasts et cocktail sans alcool. Pintade sautée, marrons braisés et pommes cocottes. Bûche Noël 	Menu de Noël. Production 3 plats en cuisine Menu Eric Stibio Parrain de promotion (2 profs et Eric Stibio présent)	Synthèse les crèmes de base
Semaine 51	Vacances de Noël				
Semaine 52	Vacances de Noël				
Semaine 1 (18)		<ul style="list-style-type: none"> La fiche technique de fabrication - cf livret 1. 	Eventuellement visite du Mess de la BA 106.	APS banalisé. Préparation à la PFMP <ul style="list-style-type: none"> Les règles de vie en entreprise Le mode d'évaluation des PFMP 	Les écrits en cuisine
Semaine 2	PFMP n°2 – 3 semaines du 09/01/2016 au 28/01/2016				
Semaine 3					
Semaine 4					

Passage au Livret 2 de formation

Tableau récapitulatif des techniques de production culinaire

Je surligne les Techniques abordées en APS ou PFMP en 1^{ère} année de formation

1 . Technique de préparation de base

TECHNIQUES CAP				Technique traitée au cours de la réalisation du plat
	NM	ECA	M	
1 - Peser et mesurer				
2 - Eplucher, laver, tailler des légumes				
3 - Préparer des herbes aromatiques				
4 - Canneler, historier				
5 - Peler à vif				
6 - Tourner				
7 - Emincer des légumes				
8 - Tailler en mirepoix, brunoise, paysanne, julienne, bâtonnets				
9 - Ciseler				
10 - Escaloper des légumes				
11 - Monder et concasser				
12 - Découper une volaille à cru				
13 - Détailler de la viande				
14 - Gratter, préparer, ébarber				
15 - Habiller, détailler, désarêter un poisson rond				
16 - Lustrer, napper				
17 - Paner à l'anglaise				
18 - Façonner à la cuillère				
19 - Clarifier des œufs, du beurre				
20 - Aplatir (batter)				
21 - Brider simplement, ficeler				
22 - Enrober pour frire				

NM : non maîtrisée / ECA : en cours d'acquisition / M : Maîtrisée

2. Cuissons

TECHNIQUES CAP	NM	ECA	M	Technique traitée au cours de la réalisation du plat
23 - Griller, snacker des pièces				
24 - Cuire des œufs (sauf œufs frits)				
25 - Sauter - Sauter déglacer				
26 - Blanchir				
27 - Rôtir				
28 - Pocher				
29 - Frire				
30 - Cuire en ragoût				
31 - Cuire à la vapeur				
32 - Etuver, glacer, cuire à blanc				
33 - Cuire du riz, de la semoule, des céréales, etc.				

3. Fonds, sauces, jus et marinade, appareils et liaison

TECHNIQUES CAP	NM	ECA	M	Technique traitée au cours de la réalisation du plat
34 - Lier à base d'amidon, à base de matière grasse, par réduction - Lier à la purée de légumes - Lier aux protéines				
35 - Réaliser un fumet				
36 - Réaliser un fond de volaille				
37 - Réaliser et améliorer un fond PAI				
38 - Réaliser une sauce de type vin blanc				
39 - Réaliser une sauce blanche, un velouté				
40 - Réaliser une sauce brune				
41 - Réaliser une sauce émulsionnée de base				
42 - Réaliser un beurre composé				
43 - Réaliser un coulis, une fondue de tomates				
44 - Réaliser un jus de rôti				
45 - Réaliser une marinade instantanée				
46 - Réaliser une duxelle				
47 - Réaliser une sauce émulsionnée de base				

4. Pâtisseries : appareils, crèmes, sauces, coulis

TECHNIQUES CAP	NM	ECA	M	Technique traitée au cours de la réalisation du plat
48 - Réaliser une sauce chocolat, une ganache				
49 - Réaliser un coulis de fruits				
50 - Réaliser une crème anglaise				
51 - Réaliser un sirop				
52 - Réaliser un caramel				
53 - Réaliser un appareil à crème prise				
54 - Réaliser une crème pâtissière				
55 - Réaliser une crème d'amande				
56 - Réaliser une marmelade, une compote				
57 - Foisonner de la crème, des œufs				
58 - Réaliser une meringue française				

5. Pâtisseries : pâtes

TECHNIQUES CAP	NM	ECA	M	Technique traitée au cours de la réalisation du plat
59 - Réaliser un biscuit, une génoise				
60 - Réaliser une pâte à crêpes				
61 - Réaliser une pâte brisée				
62 - Réaliser une pâte feuilletée				
63 - Réaliser une pâte sablée				
64 - Réaliser une pâte à choux				

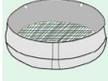
Les 25 recettes de base à maîtriser en CAP cuisine

Je note l'intitulé de la recette dérivée et je coche d'une croix si la recette de base ou un dérivé a été réalisé au cours de la 1^{ère} année de formation.

RECETTES DE BASE	Ou dérivé de recette de base	1 CAP	2 CAP
1. Quiche Lorraine			
2. Crème dubarry			
3. Potage Julienne darblay			
4. Macédoine de légumes			
5. Crêpe farcie			
6. Omelette roulée			
7. Œufs farcis Chimay			
8. Filet de poisson meunière			
9. Darne de poisson pochée			
10. Goujonnettes de poisson frit sauce tartare			
11. Blanquette de veau			
12. Carré de porc			
13. Pavé de bœuf sauté au poivre			
14. Escalope de volaille viennoise			
15. Navarin			
16. Fricassée de volaille à l'ancienne			
17. Poulet cocotte grand-mère			
18. Burger			
19. Crème caramel			
20. Œufs à la neige			
21. Tarte aux fruits sur pâte feuilletée			
22. Tarte aux pommes			
23. Choux patissier			
24. Tiramisu			
25. Crème brulée			

Le petit matériel et matériel de cuisson

Je repère en cuisine le petit matériel

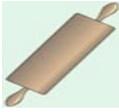
MATÉRIEL DE MANIPULATION			
			
..... Pour retourner les pièces Pour retourner et décoller les viandes et poissons Pour égoutter les aliments traités en friture Pour retirer, égoutter, écumer les aliments se trouvant dans un liquide
			
..... Pour arroser le jus des rôtis en cuisson Pour servir jus et autres sauces Pour servir les potages, sauces, jus etc... Pour mélanger les sauces, crèmes, appareils etc...
			
..... Pour passer les sauces Pour passer les sauces, crèmes fines etc... Pour passer les bouillons Pour monter les blancs d'oeuf en neige, mélange des crèmes
			
..... Pour remuer un liquide, une sauce, une crème afin qu'ils n'attachent pas au fond du récipient	 Pour mélanger et travailler les appareils, crèmes etc... Pour récupérer les préparations fixées sur les parois et le fond des récipients
			
..... Pour égoutter les aliments	 Pour passer les farces Pour corner les préparations

MATÉRIEL DE PRÉPARATION DES DENRÉES

				
..... Pour éplucher et transporter les aliments	 Pour laver les légumes Pour habiller et tailler les aliments Pour écailler les poissons
				
..... Pour éplucher les légumes et fruits Pour éplucher et tourner les légumes Pour tailler et émincer les légumes Pour lever les filets de poisson Pour redonner le "fil" aux couteaux
				
..... Pour désosser les pièces de viande crues	COUPEAU A POISSON Pour couper les darnes de gros poissons Pour couper le pain de mie	TRANCHE LARD Pour trancher les pièces de viandes rôties	
				
C. A BATTRE Pour concasser les os ou aplatir les pièces	FEUILLE A FENDRE Pour concasser les parties osseuses des grosses pièces de viande Pour canneler les légumes et fruits	SCIE Pour partager les petites carcasses et couper des os Pour lever des boules de légumes
				
BATTE A CÔTELETTES Pour égaliser l'épaisseur des pièces de viande ou de poisson	 Pour donner différentes tailles aux légumes Pour fixer à l'aide d'une ficelle les membres des volailles et gibiers plumes	ZESTEUR Pour prélever des zestes sur certains fruits

MATÉRIEL DE PÂTISSERIE et VIENNOISERIE

Pour les techniques de base

			
			
			 PÈSE - SIROP
			

Pour les cuissons au four

 MOULE A GÉNOISE	 MOULE A SAVARIN	 MOULE A CAKE	 CERCLE A TARTE
 CAISSE A GÉNOISE	 PLAQUE A PÂTISSERIE	 MOULE A BRIOCHE	 MOULE A KUGELHOPF

Pour les cuissons sur brûleur

Pour le débarrassage

 RUSSE	 POÉLON A SUCRE	 CALOTTE	 GRILLE
---	--	---	--

Pour les décors

 COUTEAU SCIE	 SPATULE	 PINCEAU	 SAUPOUDREUSE
--	---	---	--

 <p>PINCE A TARTE</p>	 <p>EMPORTE-PIÈCE RONDS CANNELÉS</p>	 <p>EMPORTE-PIÈCES RONDS UNIS</p>	 <p>EMPORTE-PIÈCE OVALES CANNELÉS</p>
 <p>POCHE</p>	 <p>DOUILLE UNIE</p>	 <p>DOUILLE CANNELÉE</p>	 <p>DOUILLE A PETITS FOURS</p>

MATERIEL DE CUISSON (Batterie de cuisine)



En cuivre étamé, acier inoxydable ou aluminium

Elles permettent de cuire des aliments en petite quantité dans un liquide.



En Cuivre étamé

Il permet de :

- Réaliser des viandes sautées



En cuivre étamé

Elle permet de :

- Réaliser des viandes sautées
- Etuver des légumes
- Confectionner des sauces émulsionnées



En acier inoxydable

Permet de :

- Cuire lentement des ragoûts, des poêlés des braisés, des sauces et veloutés.



En acier inoxydable

Permet de :

- Cuire dans un liquide (fond, potages, des pâtes, du riz créole...).



Vendu sans couvercle



❖
 En acier inoxydable ou aluminium.
 Permet de cuire dans une grande quantité de liquide.

❖
 En aluminium ou acier inoxydable
 Permet de rôtir des viandes ou des volailles.



❖
 En acier inoxydable ou aluminium.
 Permet de cuire dans un liquide des poissons ronds de grosse taille (saumon, brochets...).



❖
 En acier inoxydable ou aluminium.
 Permet de cuire dans un liquide des poissons plats de grosse taille (turbot, barbu...).



❖

 En tôle d'acier.
 Permet de frire des aliments en petite quantité



❖
 En tôle d'acier très épaisse ou aluminium avec revêtement anti-adhésif.
 Permet de sauter des aliments de taille et de formes différentes (petites pièces de boucherie, poissons portion, omelettes...).

PRISE EN MAIN DES COUTEAUX

CONSEILS ET RECOMMANDATIONS

Sécurité avant tout

- ❖ Les couteaux sont des outils dangereux ; il faut les utiliser avec beaucoup d'attention et de prudence.
- ❖ Disposer les couteaux sur votre poste de travail de manière ordonnée.
- ❖ Appliquer le bon geste lors de l'utilisation des couteaux.
- ❖ Aiguiser et affiler régulièrement les couteaux.
- ❖ Laver et désinfecter les couteaux après chaque utilisation.

1 – Disposer les couteaux correctement



Couteau **MAL** tenu pour se déplacer.



Couteau **BIEN** tenu pour se déplacer.

3- Tenir un couteau



Couteau **MAL** tenu pour tailler



Couteau **BIEN** tenu pour tailler



Tenue du couteau pour **EMINCER**



Tenue du couteau pour **HACHER**

4- Laver puis essuyer un couteau



Couteau **MAL** tenu pour le laver



Couteau **BIEN** tenu pour le laver



Couteau **MAL** tenu pour l'essuyer



Couteau **BIEN** tenu pour l'essuyer

5- Rangement des couteaux



Couteaux **MAL**
rangés



Couteaux **BIEN**
rangés

MISE EN PLACE DU POSTE POUR EPLUCHER PRÉPARATIONS PRÉLIMINAIRES DES LÉGUMES

Cette fonction qui se déroule en **5 étapes** consiste à préparer les légumes avant de les transformer. Pour l'organisation du travail ainsi que pour des raisons d'hygiène, c'est la première tâche à effectuer lors de la réalisation d'une préparation.

RECOMMANDATIONS

- ❖ Tous les légumes doivent être lavés.
- ❖ Les laver autant de fois que nécessaire dans une solution chlorée (eau + javel) ou eau + vinaigre.
- ❖ Ne pas laisser séjourner les légumes dans l'eau.
- ❖ Rincer les légumes à l'eau claire.
- ❖ Traiter avec précaution les légumes fragiles.
- ❖ Apporter une attention particulière au lavage des poireaux et autres légumes terreaux.

PREMIERE ETAPE > MISE EN PLACE DU POSTE DE TRAVAIL POUR EPLUCHER

Plaque pour les
légumes bruts



Plaque + couteau d'office
+ économe
Pour les épluchures



Plaque ou calotte pour les
légumes épluchés



Exemple : pomme de terre et carotte



DEUXIEME ETAPE > TRAITER LES LEGUMES

Techniques : éplucher à l'économe ou au coteau d'office selon le légume et parer.

1 – Eplucher les carottes



2 – Parer les deux extrémités



TROISIEME ETAPE > DEBARRASSER IMMEDIATEMENT LES DECHETS



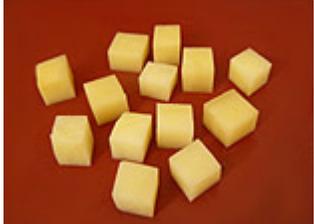
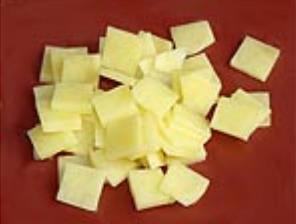
QUATRIEME ETAPE > LAVER LES LEGUMES, EGOUTTER

Grandes quantités		Petites quantités	
1- Remplir les bacs d'eau froide 2- Ajouter vinaigre ou eau de javel 3 - Passer les légumes d'un bac à l'autre			 - Transformer ou réserver au froid jusqu' à utilisation.

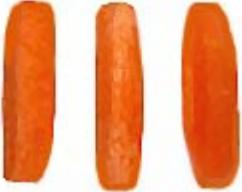
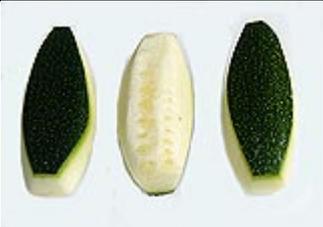
CINQUIEME ETAPE > DEBARRASSER > NETTOYER > DESINFECTER LE POSTE DE TRAVAIL

RECAPITULATIF DES TAILLES DE LEGUMES

BATONNETS ↓	CUBE ↓	EMINCER ↓	EN PAYSANNE ↓	EN JULIENNE (en lanière) ↓
 <p>Carotte en jardinière Section : 4 à 5 mm Longueur : 4 cm</p>	 <p>Carotte en macédoine cubes de 5 mm de côté</p>	 <p>Carotte émincée Épaisseur 2 à 3 mm</p>	 <p>Carotte en paysanne Épaisseur : 1 à 2 mm Section : 1 cm</p>	 <p>Carotte en julienne Longueur : 4 à 5 cm Épaisseur : 1mm</p>
 <p>Navet en jardinière Section : 4 à 5 mm Longueur : 4 cm</p>	 <p>Navet en macédoine cubes de 5 mm de côté</p>	 <p>Champignon de Paris émincé</p>	 <p>Céleri branche en paysanne Épaisseur : 1 à 2 mm Section : 1 cm</p>	 <p>Poireau en julienne Longueur : 4 à 5 cm Épaisseur : 1mm</p>
	 <p>Carotte en brunoise cubes de 2 mm de côté</p>	 <p>Oignon, échalote émincés</p>	 <p>Céleri rave en paysanne Épaisseur : 1 à 2 mm Section : 1 cm</p>	 <p>Céleri rave en julienne Longueur : 4 à 5 cm Épaisseur : 1mm</p>

	↓	↓	↓	↓
				
	Navet en brunoise cubes de 2 mm de côté	Oignon émincé en rouelle ou bracelet	Navet blanc en paysanne Épaisseur : 1 à 2 mm Section : 1 cm	Navet blanc en julienne Longueur : 4 à 5 cm Épaisseur : 1mm
				
	Pomme de terre Parmentier cubes de 1cm de côté	Poireau émincé	P. de terre en paysanne Épaisseur : 1 à 2 mm Section : 1 cm	Champignon en julienne Longueur : 4 à 5 cm Épaisseur : 1mm

Les légumes tournés

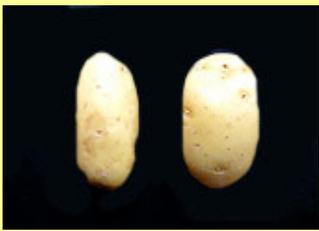
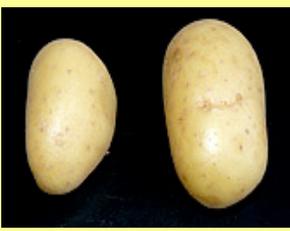
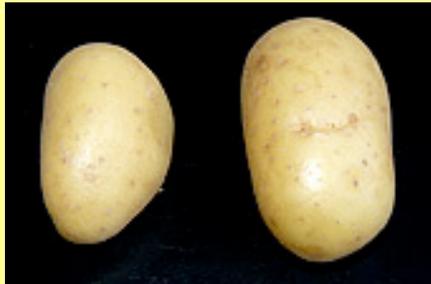
Carotte	Céleri rave	Courgette	Navet long
			

LES POMMES DE TERRE TOURNEES

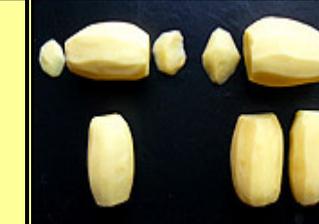
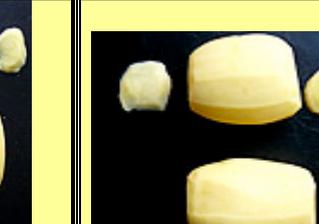
- ❖ Pourquoi tourner les pommes de terre ?
 - Pour le côté esthétique.
 - Pour avoir une cuisson uniforme.
- ❖ Quelle variété de pomme de terre choisir ?
 Bintje, Charlotte, Monalisa par exemple.



1- Choisir le calibre de la pomme de terre qui se rapproche le plus du modèle à tourner.

Pommes cocotte	Pommes château	P. vapeur ou à l'anglaise	Pomme fondante
			
Choisir des pommes de terre de petite taille	Choisir des pommes de terre de 80 à 140 grammes		Choisir des pommes de terre de 130 à 150 grammes

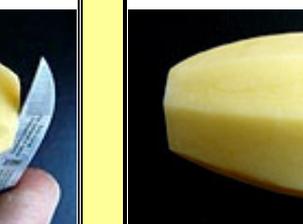
2- Parer les extrémités (1) puis dégrossir la pomme de terre (2).

Pommes cocotte	Pommes château	P. vapeur ou à l'anglaise	Pommes fondante
			
Couper les pommes de terre en 2 ou en 4 dans le sens de la hauteur	Couper les pommes de terre en 2 ou en 4 dans le sens de la hauteur		Garder la pomme de terre entière ou la couper en 2 dans le sens de la hauteur

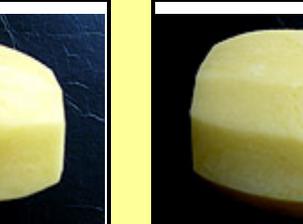
3- Tourner les pommes de terre.

La même technique de tournage s'applique à tous les calibres.

1- Tenir le couteau dans la main droite, le pouce droit et l'index gauche servant de pivot. Le pouce gauche et les autres doigts effectuent la rotation du légume à la suite de chaque coup de couteau.

			
1- (voir ci-dessus)	2- Tailler vers de bas	3- Tailler une nouvelle facette	4- Pomme de terre tournée

4- Résultats : des pommes de terre tournées.

Pommes cocotte	P. vapeur ou à l'anglaise	Pomme château	Pomme fondante
			
Hauteur : 4 à 5 cm Diamètre : 2 cm Poids : 15 à 20 grammes	Hauteur : 5 à 6 cm Diamètre : 3 à 3,5 cm Poids : 30 à 40 grammes	Hauteur : 6 à 7 cm Diamètre : 4 à 4,5 cm Poids : 50 à 60 grammes	Hauteur : 7 à 8 cm Diamètre : 6 à 7 cm Poids : 80 à 90 grammes

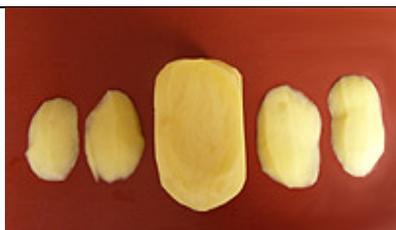
LES POMMES DE TERRE TAILLEES



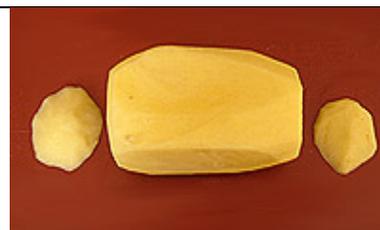
TAILLER DES POMMES DE TERRE EN BATONNETS



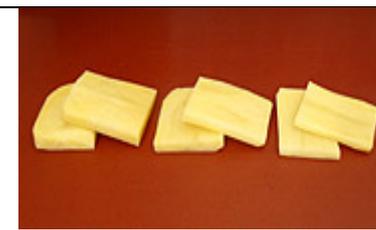
POMMES DE TERRE
(longueur 8 à 10 cm)



1- Parer la pomme de terre
sur sa longueur

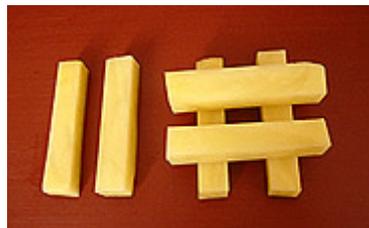


2- Parer les extrémités de la
pomme
de terre (prévoir 7 cm de long)



3- Tailler des tranches
de 3 mm à 1 cm d'épaisseur

POMME PONT - NEUF



Tailler des bâtonnets
Section : 1 cm
Longueur : 7 cm

POMME ALLUMETTE



Tailler des bâtonnets
Section : 5 mm
Longueur : 7 cm

POMME MIGNONNETTE

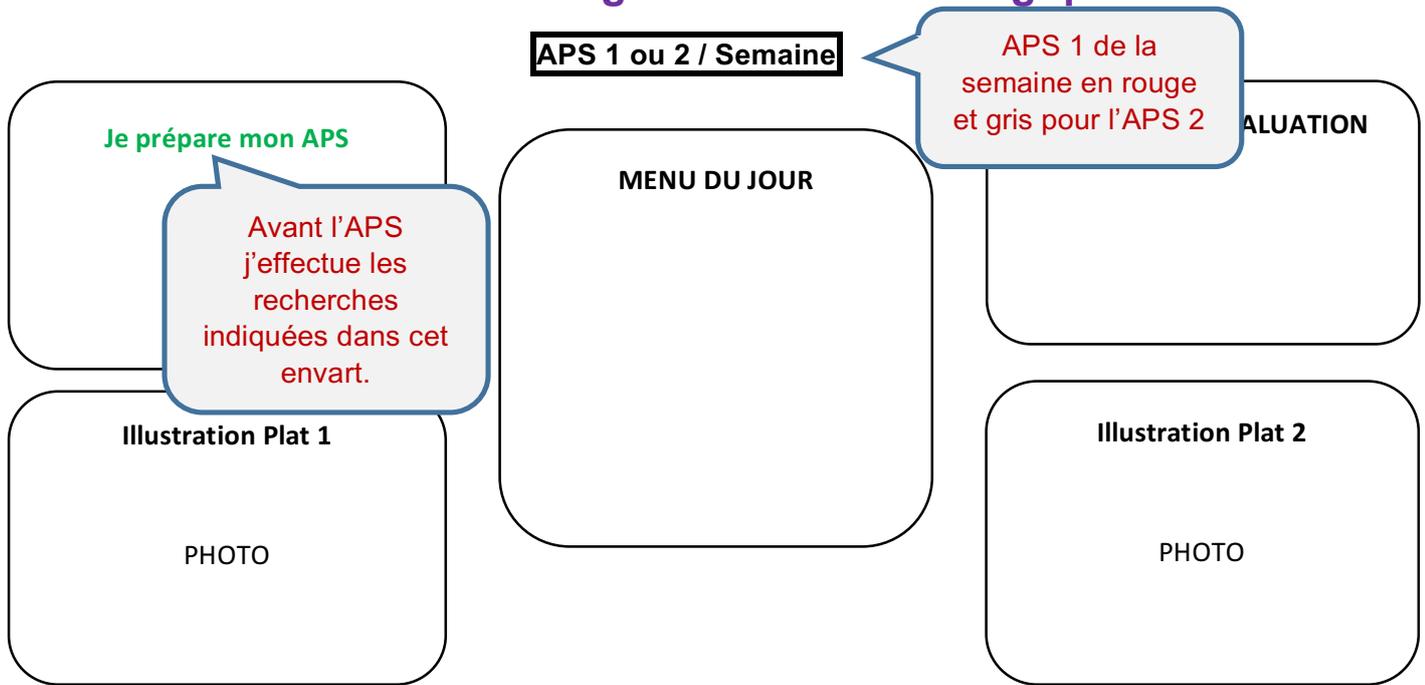


Tailler des bâtonnets
Section : 3 mm
Longueur : 7 cm

Résultat des 3 tailles



Les tableaux d'organisation chronologique



DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE				
Horaire	Phases	Taches essentielles		TR
		PLAT 1	PLAT 2	
	1			
	2			
	3			
	4			
	5			
	6			
	7			
	8			
	9			

Ce tableau permet d'organiser la séance dans le temps. Il énumère les tâches à réaliser de façon chronologique.

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :
Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :
Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

Organisation des APS (Atelier Professionnel de Spécialité)

ATELIER PROFESSIONNEL DE SPECIALITE 1		
CONTEXTE 2		Situation professionnelle : Pour votre premier service avec clientèle au restaurant « Passion » vous réalisez deux plats. Il est temps de mettre en pratique les techniques acquises en début de formation.
Semaine : 44	Menu du : / /	Objectifs de la séance
<u>Plat 1 :</u> Galette complète, salade verte sauce vinaigrette		<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une pâte à crêpe • Trier et laver de la salade • Réaliser une sauce vinaigrette • Cuire des crêpes / des galettes.
<u>Plat 2 :</u> Crème Caramel		<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser un appareil à crème caramel (appareil à flan sucré) • Réaliser un caramel • Cuire au bain marie
<u>Plat 3 préparé par l'équipe de salle :</u> Terrine de poisson sauce cocktail		

Plat 1 : Crêpe (Galette) complète, salade verte sauce vinaigrette			Plat 2 : Crème Caramel		
Les proportions pour 4 personnes :			Les proportions pour 4 personnes :		
Ingrédients	unités	quantités	Ingrédients	unités	quantités
Farine de Sarrazin	kg	0.200	Lait	litre	0.50
Sel fin	kg	0.006	oeuf	pièce	3
Œuf (pâte)	pièce	1	Eau	litre	0.025
Eau	litre	0.50	Sucre semoule (appareil)	kg	0.100
			Sucre semoule (caramel)	kg	0.100
Jambon blanc tranche	pièce	4	Gousse de vanille	Pièce	1
Gruyère râpé	kg	0.150			
Oeuf	pièce	4			
Laitue	pièce	0.5			
Sel, poivre, huile d'olive	PM				
Vinaigre de vin, balsa...	PM				
Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons			Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons		
<ul style="list-style-type: none"> • • • 			<ul style="list-style-type: none"> • • • 		
Matériel de préparation et de cuisson			Matériel de dressage		

Les tableaux d'organisation chronologique

APS 1 / Semaine 44

Je prépare mon APS

- A quelle famille de sauce appartient la sauce vinaigrette ?
- Quelle est la différence entre une « Galette » et une « crêpe » ?
- Comment cuit-on une crème caramel ?

LES POINTS D'EVALUATION

- Mise en place du poste
- Organisation pour les préparations préliminaires.
- Justesse des pesées.
- Tenue / tenue du poste

Illustration Plat 1

PHOTO

MENU DU JOUR

**Terrine de poisson
sauce cocktail**

**Galette complète, salade
verte sauce vinaigrette**

Crème Caramel

Illustration Plat 2

PHOTO

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE				
Horaire	Phases	Tâches essentielles		TR
		PLAT 1	PLAT 2	
		Mise en place du poste de travail pour la production		
	1	Effectuer les pesées / Réaliser la pâte à galette / laisser reposer.		
	2		Effectuer les pesées de l'appareil à flan sucrée. Réaliser l'appareil.	
	3		Réaliser un caramel et caraméliser des ramequins individuels.	
	4		Verser l'appareil à flan et mettre les crèmes en cuisson au bain-marie.	
	5	Trier, laver, essorer la salade		
	6	Réaliser une sauce vinaigrette.		
	7	Cuire les galettes	Contrôler la cuisson et réserver.	
	8	Cuire les oeufs sautés (à la poêle)		
	9	Assaisonner / Dresser / Envoyer		
	10		Dresser /envoyer	

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :
Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :
Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

Organisation des APS (Atelier Professionnel de Spécialité)

ATELIER PROFESSIONNEL DE SPECIALITE 2		
CONTEXTE 2	Situation professionnelle : Pour votre premier service avec clientèle au restaurant « Passion » vous réalisez deux plats. Il est temps de mettre en pratique les techniques acquises en début de formation.	
Semaine : 44	Menu du : / /	Objectifs de la séance
<u>Plat 1 :</u> Salade composée		<ul style="list-style-type: none"> • Identifier les différentes salades • Monder des tomates • Cuire à l'anglaise des légumes verts
<u>Plat 2 :</u> Galette de blé noir au saumon		<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une pâte à crêpe • SAUTER des crêpes • Hacher des herbes
<u>Plat 3 préparé par l'équipe de salle :</u> Coupe de glace		

Plat 1 : salade composée

Plat 2 : Galette de blé noir au saumon

Les proportions pour 4 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Salade (ex. feuille de chêne)	pce	1/2
Tomates rondes	kg	0.300
Haricots verts surgelés	kg	0.300
Filet d'anchois	pce	8
Thon à l'huile	kg	0.100
Œuf	pce	1
Olives noires dénoyautées	kg	0.040
Oignon rouge	kg	0.020
Vinaigre de vin rouge	L	0.040
Huile d'olive	L	0.100
Sel/poivre	kg	pm

Les proportions pour 4 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Farine de sarrasin	kg	0.100
Farine de blé noir	kg	0.100
Sel fin	kg	pm
Œuf entier	pce	1
Eau tiède	L	0.300
Crème fraîche épaisse	kg	0.100
Pavé de saumon (0.150 kg)	pce	1.5
Huile d'olive	L	pm
Sel/poivre	kg	pm
Saumon fumé	kg	0.100
Ciboulette	Botte	1/4
Aneth	Botte	1/4

Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons

- Monder des tomates
- Cuire à l'anglaise des légumes verts
- Emincer un oignon

Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons

- Sauter des crêpes
- Hacher des herbes fraîches
-

Matériel de préparation et de cuisson

Matériel de dressage

Les tableaux d'organisation chronologique

APS 2 / Semaine 44

Je prépare mon APS

- Lister les ingrédients utilisés pour réaliser une pâte à crêpe
- Que signifie MONDER une tomate ?

MENU DU JOUR

Salade composée

Galette de blé noir au saumon

Coupe de glace

LES POINTS D'EVALUATION

Illustration Plat 1

PHOTO

Illustration Plat 2

PHOTO

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE				
Horaire	Phases	Taches essentielles		TR
		PLAT 1	PLAT 2	
		Mise en place du poste pour la production		15'
	1		Réaliser la pâte à crêpe Reposer 45'	15'
	2	Nettoyer, trier la salade		15'
	3	Monder les tomates Cuire à l'anglaise les haricots verts		30'
	4	Réaliser la vinaigrette Préparer les garnitures		15'
	5	Dresser les salades		15'
	6		Emincer le saumon	15'
	7	Assaisonner, envoyer les salades	Hacher les herbes	15'
	8		Sauter les galettes	30'
	9		Envoyer les galettes	5'
	10	Nettoyer, ranger son poste de travail Nettoyer et ranger la cuisine selon le tableau de roulement		30'

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :

Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :

Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

Organisation des APS (Atelier Professionnel de Spécialité)

ATELIER PROFESSIONNEL DE SPECIALITE 1		
CONTEXTE 2	Situation professionnelle : Le restaurant passion prend aujourd'hui des allures de « food truck ». Vous devez réaliser deux plats en tenant compte des supports de dressage adaptés à cette forme de restauration.	
Semaine : 45	Menu du : / /	Objectifs de la séance
Plat 1 : Barquette de crudités et œuf mimosa		<ul style="list-style-type: none"> • Tailler des légumes • Cuire des œufs en coquille (dur) • Réaliser une sauce mayonnaise
Plat 2 : Déclinaison de wraps - Saumon fumé, aneth - Poulet snacké au poivrons		<ul style="list-style-type: none"> • Peler à vif des citrons • Sauter (snacker) un émincé de blanc de volaille • Sauter des légumes
Plat 3 préparé par l'équipe de salle : Coupe fromage blanc Abricot		

<p>Plat 1 : Barquette de crudités / œuf mimosa.</p> <p>Les proportions pour 4 personnes :</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Ingrédients</th> <th>unités</th> <th>quantités</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Concombre</td><td>pce</td><td>1</td></tr> <tr><td>Tomate</td><td>pce</td><td>2</td></tr> <tr><td>Carotte</td><td>kg</td><td>0.300</td></tr> <tr><td>Radis</td><td>botte</td><td>1</td></tr> <tr><td>Persil plat</td><td>botte</td><td>0.25</td></tr> <tr><td>oeufs</td><td>pièce</td><td>5</td></tr> <tr><td>moutarde</td><td>PM</td><td></td></tr> <tr><td>Vinaigre de vin</td><td>PM</td><td></td></tr> <tr><td>Huile de tournesol</td><td>PM</td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>Assaisonnement</td><td>PM</td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons</p> <ul style="list-style-type: none"> • • • <p>Matériel de préparation et de cuisson</p>	Ingrédients	unités	quantités	Concombre	pce	1	Tomate	pce	2	Carotte	kg	0.300	Radis	botte	1	Persil plat	botte	0.25	oeufs	pièce	5	moutarde	PM		Vinaigre de vin	PM		Huile de tournesol	PM								Assaisonnement	PM		<p>Plat 2 : Déclinaison de Wraps</p> <p>Les proportions pour 4 personnes :</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Ingrédients</th> <th>unités</th> <th>quantités</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>tortillas de blé nature</td><td>pièce</td><td>8</td></tr> <tr><td>Saumon fumé tranché (4 t)</td><td>kg</td><td>0.320</td></tr> <tr><td>Fromage frais</td><td>kg</td><td>0.150</td></tr> <tr><td>Aneth</td><td>botte</td><td>0.25</td></tr> <tr><td>Tomate</td><td>pièce</td><td>2</td></tr> <tr><td>citron</td><td>pièce</td><td>1</td></tr> <tr><td>Salade laitue</td><td>pièce</td><td>1</td></tr> <tr><td>Blanc de poulet</td><td>pièce</td><td>2</td></tr> <tr><td>Oignon jaune</td><td>pièce</td><td>2</td></tr> <tr><td>Poivron vert et rouge</td><td>pièce</td><td>2</td></tr> <tr><td>Fromage ail et fines herbes</td><td>kg</td><td>0.200</td></tr> <tr><td>Huile d'olive</td><td>PM</td><td></td></tr> <tr><td>Assaisonnement</td><td>PM</td><td></td></tr> </tbody> </table> <p>Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons</p> <ul style="list-style-type: none"> • • • <p>Matériel de dressage</p>	Ingrédients	unités	quantités	tortillas de blé nature	pièce	8	Saumon fumé tranché (4 t)	kg	0.320	Fromage frais	kg	0.150	Aneth	botte	0.25	Tomate	pièce	2	citron	pièce	1	Salade laitue	pièce	1	Blanc de poulet	pièce	2	Oignon jaune	pièce	2	Poivron vert et rouge	pièce	2	Fromage ail et fines herbes	kg	0.200	Huile d'olive	PM		Assaisonnement	PM	
Ingrédients	unités	quantités																																																																																
Concombre	pce	1																																																																																
Tomate	pce	2																																																																																
Carotte	kg	0.300																																																																																
Radis	botte	1																																																																																
Persil plat	botte	0.25																																																																																
oeufs	pièce	5																																																																																
moutarde	PM																																																																																	
Vinaigre de vin	PM																																																																																	
Huile de tournesol	PM																																																																																	
Assaisonnement	PM																																																																																	
Ingrédients	unités	quantités																																																																																
tortillas de blé nature	pièce	8																																																																																
Saumon fumé tranché (4 t)	kg	0.320																																																																																
Fromage frais	kg	0.150																																																																																
Aneth	botte	0.25																																																																																
Tomate	pièce	2																																																																																
citron	pièce	1																																																																																
Salade laitue	pièce	1																																																																																
Blanc de poulet	pièce	2																																																																																
Oignon jaune	pièce	2																																																																																
Poivron vert et rouge	pièce	2																																																																																
Fromage ail et fines herbes	kg	0.200																																																																																
Huile d'olive	PM																																																																																	
Assaisonnement	PM																																																																																	

Les tableaux d'organisation chronologique

APS 1 / Semaine 45

Je prépare mon APS

- A quelle famille de sauce appartient la sauce mayonnaise ?
- Quels sont les autres types de cuisson des œufs ?

Illustration Plat 1

PHOTO

MENU DU JOUR

Barquette de crudités et œuf mimosa

Déclinaison de wraps

Coupe fromage blanc Abricot

LES POINTS D'ÉVALUATION

- Réalisation des préparations préliminaire / taillages
- Cuire des œufs dur / écaler
- Utiliser une poche à douille
- Dresser les préparations

Illustration Plat 2

PHOTO

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE				
Horaire	Phases	Taches essentielles		TR
		PLAT 1	PLAT 2	
		Mise en place du poste pour la production		
	1		Emincer les blancs de volaille, réserver	
	2	Laver, éplucher, tailler tous les légumes selon les besoins.		
	3	Monter les barquettes de crudités non assaisonnées.		
	4	Cuire les œufs / réaliser une sauce mayonnaise, réserver.		
	5		Marquer le poulet émincé en cuisson.	
	6	Réaliser les œufs mimosas, compléter les barquettes, réserver au frais.		
	7	Réaliser une sauce vinaigrette		
	8		Réaliser le montage des wraps poulet et saumon fumé.	
	9	Dresser / envoyer		
	10		Dresser / envoyer	

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :

Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :

Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

Organisation des APS (Atelier Professionnel de Spécialité)

ATELIER PROFESSIONNEL DE SPECIALITE 1		
CONTEXTE 2	Situation professionnelle : La clientèle jeune du restaurant « Passion » est toujours aussi pressée. Vous devez réaliser et servir deux plats sur le thème de la « street food ». Manger debout est la contrainte et la particularité de ce concept dans l'air du temps.	
Semaine : 46	Menu du : / /	Objectifs de la séance
<u>Plat 1 :</u> Petite friture de poisson en goujonette « finger », sauce tartare. Pomme vapeur		<ul style="list-style-type: none"> • Tailler des goujonettes de poisson. • Panée à l'anglaise. • Frire (des goujonettes)
<u>Plat 2 :</u> Choux « lunch » chantilly		<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une pâte à choux / coucher des choux lunch. • Cuire des choux. • Réaliser une crème chantilly / garnir des choux
<u>Plat 3 préparé par l'équipe de salle :</u> Salade tomate Mozzarella		

Plat 1 : La friture de poisson

Les proportions pour 4 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Filet de limande	kg	0.400
Oeuf	pièce	3
Farine	kg	0.150
Chapelure	kg	0.200
Huile de tournesol	PM	
Mayonnaise voir APS S45		
Ciboulette	botte	0.25
Estragon	botte	0.25
Persil plat	botte	0.25
Echalote	kg	0.040
Pomme de terre	kg	1.000
Assaisonnement	PM	

Plat 2 : Choux Chantilly

Les proportions pour 6 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Eau	litre	0.25
Sel fin	kg	0.005
Beurre	kg	0.075
Farine	kg	0.150
Œuf	pièce	4 à 5
Œuf (dorure)	pièce	1
Crème liquide entière	litre	0.50
Sucre glace	kg	0.075
Extrait de vanille liquide	PM	
Sucre glace (glaçage)	kg	0.050

**Les termes culinaires professionnels
Techniques / cuissons**

-
-
-

**Les termes culinaires professionnels
Techniques / cuissons**

-
-
-

Matériel de préparation et de cuisson

Matériel de dressage

Les tableaux d'organisation chronologique

APS 1 / Semaine 46

Je prépare mon APS

- Qu'est ce qu'une goujonette ?
- Quelle est la sauce de base de la sauce tartare ?
- Quelle qualité de crème dois-je utiliser pour monter une crème chantilly et pourquoi ?

Illustration Plat 1

PHOTO

MENU DU JOUR

Salade tomate
Mozzarella

Petite friture de poisson en goujonette « finger », sauce tartare. Pomme vapeur

Choux lunch chantilly

LES POINTS D'EVALUATION

- Réaliser une sauce mayonnaise.
- Mettre en place le poste friture.
- Cuire des pommes vapeur

Illustration Plat 2

PHOTO

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE

Horaire	Phases	Taches essentielles		TR
		PLAT 1	PLAT 2	
		Mise en place du poste pour la production		
	1		Effectuer les pesées et réaliser la pâte à choux.	
	2		Coucher les choux sur papier sulfurisé. Marquer les choux en cuisson.	
	3	Tailler les goujonettes de poisson, réserver au frais		
	4	Eplucher et tourner les pommes vapeur, les marquer en cuisson.		
	5	Préparer les éléments de la panure et le poste pour frire.		
	6	Réaliser la sauce tartare.		
	7	Paner les goujonette. Frire.		
	8		Monter la crème chantilly, garnir et glacer les choux, réserver au frais.	
	9	Remettre les éléments à température, rectifier l'assaisonnement. Dresser / envoyer.		
			Dresser / envoyer.	

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :

Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :

Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

Organisation des APS (Atelier Professionnel de Spécialité)

ATELIER PROFESSIONNEL DE SPECIALITE 2		
CONTEXTE 2	Situation professionnelle : La clientèle jeune du restaurant « Passion » est toujours aussi pressée. Vous devez réaliser et servir deux plats sur le thème de la « street food ». Manger debout est la contrainte et la particularité de ce concept dans l'air du temps.	
Semaine : 46	Menu du : / /	Objectifs de la séance
<u>Plat 1 :</u> Velouté Dubarry		<ul style="list-style-type: none"> ● Utiliser un PAI (fond blanc de veau) ● Prélever des sommités de choux-fleur ● Réaliser un roux blanc
<u>Plat 2 :</u> Brochettes de poulet laquées, pommes dauphine		<ul style="list-style-type: none"> ● Mariner de la viande ● Réaliser une sauce à laquer ● Frire
<u>Plat 3 préparé par l'équipe de salle :</u> Tarte aux pommes		

Plat 1 : Velouté Dubarry

Plat 2 : Brochettes de poulet laquées, pommes dauphine

Les proportions pour 4 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Chou-fleur	kg	0.5
Blanc de poireaux	kg	0.080
Fond blanc veau déshydraté	l	1
Farine	kg	0.04
Beurre	kg	0.04
Œuf (jaune)	pce	2
Crème épaisse	l	0.1
Sel/poivre	kg	pm

Les proportions pour 4 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Blanc de poulet (0.120kg)	pce	4
Sauce soja	l	0.01
Miel	kg	0.005
Huile de sésame	l	0.08
Vinaigre	L	0.005
Gingembre frais	kg	pm
Graines de sésame blanc	kg	0.01
Fond brun lié	l	0.075
Pommes dauphine surgelées	kg	1

Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons

-
-
-

Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons

-
-
-

Matériel de préparation et de cuisson

Matériel de dressage

Les tableaux d'organisation chronologique

APS 2 / Semaine 46

Je prépare mon APS

- Quelle est la différence entre potage, crème et velouté ?
- Quel est le légume qui donne l'appellation « Dubarry » ?

MENU DU JOUR

Velouté Dubarry

Brochettes de poulet laquées, pommes dauphine

Tarte aux pommes

LES POINTS D'EVALUATION

Illustration Plat 1

PHOTO

Illustration Plat 2

PHOTO

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE				
Horaire	Phases	Taches essentielles		TR
		PLAT 1	PLAT 2	
		Mise en place du poste pour la production		
	1		Détailler le poulet, monter les brochettes	
	2		Mariner les brochettes	
	3	Laver, éplucher et tailler les légumes		
	4	Réaliser le fond blanc	(et le fond brun)	
	5	Marquer le potage en cuisson		
	6		Réaliser la sauce à laquer	
	7		Sauter les brochettes, les laquer	
	8	Terminer le potage		
	9		Frire les pommes dauphine	
		Dresser / envoyer	Dresser / envoyer	

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :
Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :
Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

Organisation des APS (Atelier Professionnel de Spécialité)

ATELIER PROFESSIONNEL DE SPECIALITE 1		
CONTEXTE 2	Situation professionnelle : Le concept du jour est de type « Bistro ». Le restaurant « Passion » affiche un menu avec une entrée de saison revisitée et un plat classique de ces lieux de restauration. Vous devrez réaliser ces préparations en binôme.	
Semaine : 47	Menu du : / /	Objectifs de la séance
<u>Plat 1 :</u> Crème de potimaron et butternut en capuccino, lard fumé croustillant.		<ul style="list-style-type: none"> ●.Réaliser des préparations préliminaires en autonomie / des taillages. ● Réaliser un potage mixé ●.Réaliser des chips de lard fumée.
<u>Plat 2 :</u> Poulet rôti, jus réduit pommes allumettes		<ul style="list-style-type: none"> ● Habiller, brider une volaille pour rôtir ● Réaliser un jus de rôti. ● Tailler, frire des pommes allumettes.
<u>Plat 3 préparé par l'équipe de salle :</u> Assiette de fromages		

<p><u>Plat 1 :</u> Crème de potimarron et butternut</p> <p style="text-align: center;">Les proportions pour 4 personnes :</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Ingrédients</th> <th style="text-align: center;">unités</th> <th style="text-align: center;">quantités</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Potimarron</td><td>kg</td><td>0.500</td></tr> <tr><td>Butternut</td><td>kg</td><td>0.500</td></tr> <tr><td>Oignon jaune</td><td>kg</td><td>0.200</td></tr> <tr><td>Fond blanc de volaille</td><td>litre</td><td>1.50</td></tr> <tr><td>Lard fumé (tranche fine)</td><td>pce</td><td>6</td></tr> <tr><td>Lait entier</td><td>litre</td><td>0.25</td></tr> <tr><td>Beurre</td><td>kg</td><td>0.500</td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td>Assaisonnement</td><td>PM</td><td> </td></tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ● ● <p style="text-align: center;">Matériel de préparation et de cuisson</p>	Ingrédients	unités	quantités	Potimarron	kg	0.500	Butternut	kg	0.500	Oignon jaune	kg	0.200	Fond blanc de volaille	litre	1.50	Lard fumé (tranche fine)	pce	6	Lait entier	litre	0.25	Beurre	kg	0.500																			Assaisonnement	PM		<p><u>Plat 2 :</u> Poulet rôti, jus réduit, pommes allumettes</p> <p style="text-align: center;">Les proportions pour 4 personnes :</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Ingrédients</th> <th style="text-align: center;">unités</th> <th style="text-align: center;">quantités</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Poulet effilé 1.4 kg</td><td>pièce</td><td>1</td></tr> <tr><td>Aileron de volaille</td><td>kg</td><td>0.250</td></tr> <tr><td>Oignon jaune</td><td>kg</td><td>0.050</td></tr> <tr><td>Echalote</td><td>kg</td><td>0.050</td></tr> <tr><td>Carotte</td><td>kg</td><td>0.050</td></tr> <tr><td>Bouquet garni</td><td>pièce</td><td>1</td></tr> <tr><td>Beurre doux</td><td>kg</td><td>0.050</td></tr> <tr><td>Ail</td><td>gousse</td><td>4</td></tr> <tr><td>Pomme de terre</td><td>kg</td><td>1.200</td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td>Assaisonnement</td><td>PM</td><td> </td></tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ● ● <p style="text-align: center;">Matériel de dressage</p>	Ingrédients	unités	quantités	Poulet effilé 1.4 kg	pièce	1	Aileron de volaille	kg	0.250	Oignon jaune	kg	0.050	Echalote	kg	0.050	Carotte	kg	0.050	Bouquet garni	pièce	1	Beurre doux	kg	0.050	Ail	gousse	4	Pomme de terre	kg	1.200																Assaisonnement	PM	
Ingrédients	unités	quantités																																																																																												
Potimarron	kg	0.500																																																																																												
Butternut	kg	0.500																																																																																												
Oignon jaune	kg	0.200																																																																																												
Fond blanc de volaille	litre	1.50																																																																																												
Lard fumé (tranche fine)	pce	6																																																																																												
Lait entier	litre	0.25																																																																																												
Beurre	kg	0.500																																																																																												
Assaisonnement	PM																																																																																													
Ingrédients	unités	quantités																																																																																												
Poulet effilé 1.4 kg	pièce	1																																																																																												
Aileron de volaille	kg	0.250																																																																																												
Oignon jaune	kg	0.050																																																																																												
Echalote	kg	0.050																																																																																												
Carotte	kg	0.050																																																																																												
Bouquet garni	pièce	1																																																																																												
Beurre doux	kg	0.050																																																																																												
Ail	gousse	4																																																																																												
Pomme de terre	kg	1.200																																																																																												
Assaisonnement	PM																																																																																													

Les tableaux d'organisation chronologique

APS 1 / Semaine 47

Je prépare mon APS

- Qu'est ce qu'un potage mixé ?
- Quels sont les autres types de potages ?
- Comment cuit-on des pommes allumettes ?

Illustration Plat 1

PHOTO

MENU DU JOUR

Crème de potimarron et butternut en capuccino, lard fumé croustillant.

Poulet rôti, jus réduit pommes allumettes

Assiette de fromages

LES POINTS D'ÉVALUATION

- Tenue, tenue des postes de travail
- Tailler des légumes.
- Mettre le poste friture en place.
- Frire
- Dresser, envoyer

Illustration Plat 2

PHOTO

DÉROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE

Horaire	Phases	Taches essentielles		TR
		PLAT 1	PLAT 2	
		Mise en place du poste pour la production		
	1		Habiller et brider le poulet. Réserver.	
	2	Plaquer le lard fumé entre deux sulfus et mettre à sécher au four. Infuser le reste dans le lait.		
	3	Eplucher, laver tous les légumes		
	4		Marquer le poulet en cuisson et tailler les pommes allumettes.	
	5		Tailler la garniture aromatique du jus de volaille.	
	6	Tailler les éléments du potage et le marquer en cuisson.		
	7		Débarrasser le poulet après cuisson, dégraisser et finir le jus. Blanchir les pommes allumettes (1 ^{er} bain de friture)	
	8	Après cuisson mixer le potage et rectifier l'assaisonnement.		
	9	Dresser le potage + mousse de lait infusée + chips de lard fumé / envoyer.	Frire (2 ^{ème} bain) les pommes allumettes.	
			Dresser / Envoyer	

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :

Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :

Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

Organisation des APS (Atelier Professionnel de Spécialité)

ATELIER PROFESSIONNEL DE SPECIALITE 2		
CONTEXTE 2	Situation professionnelle : Le concept du jour est de type « Bistro ». Le restaurant « Passion » affiche un menu avec un plat marqueur du sud ouest et un dessert fréquemment retrouvé dans ces lieux de restauration. Vous devrez réaliser ces préparations en binôme.	
Semaine : 47	Menu du : / /	Objectifs de la séance
<u>Plat 1 :</u> Magret sauce vin rouge, flan de courgettes	<ul style="list-style-type: none"> ● Parer un filet de magret ● Réaliser une sauce vin rouge simple ● Réaliser un flan de légumes 	
<u>Plat 2 :</u> Tiramisu	<ul style="list-style-type: none"> ● Réaliser un sirop de punchage ● Réaliser une crème fouettée ● Réaliser une crème mascarpone 	
<u>Plat 3 préparé par l'équipe de salle :</u> Terrine de poisson		

Plat 1 : Magret sauce vin rouge, flan de courgettes

Plat 2 : Tiramisu

Les proportions pour 4 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Magret (0.400kg)	pce	2
Echalotes	kg	0.030
Vin rouge	l	0.100
Fond brun de veau lié	l	0.200
Ail	gous	1/2
Beurre	kg	0.010
Courgettes	kg	0.500
Crème liquide	l	0.100
Oeuf	pce	4
Sel/poivre/coriandre	kg	pm

Les proportions pour 4 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Biscuit à la cuiller	pce	16
Sucre semoule	kg	0.040
Extrait de café	l	pm
Amaretto	l	0.01
Œufs	pce	4
Sucre	kg	0.040
Mascarpone	kg	0.250
Crème liquide	l	0.080
Cacao poudre	kg	0.01

Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons

-
-
-

Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons

-
-
-

Matériel de préparation et de cuisson

Matériel de dressage

Les tableaux d'organisation chronologique

APS 2 / Semaine 47

Je prépare mon APS

MENU DU JOUR

Terrine de poisson

Magret sauce vin rouge,
flan de courgettes

Tiramisu

LES POINTS D'EVALUATION

Illustration Plat 1

PHOTO

Illustration Plat 2

PHOTO

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE			
Horaire	Phases	Tâches essentielles	TR
		<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> PLAT 1 PLAT 2 </div>	
		Mise en place du poste pour la production	
	1	Peser, mesurer les ingrédients	
	2	Réaliser la crème mascarpone	
	3	Réaliser le sirop de punchage	
	4	Monter les tiramisu Réserver au frais	
	5	Laver, éplucher, tailler les légumes	
	6	Réaliser la sauce vin rouge, réduire	
	7	Réaliser les flans de courgettes	
	8	Rôtir les magrets	
	9	Dresser / envoyer	
		Dresser / envoyer	

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :
Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :
Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

Organisation des APS (Atelier Professionnel de Spécialité)

ATELIER PROFESSIONNEL DE SPECIALITE 1		
CONTEXTE 2	Situation professionnelle : Aujourd'hui le restaurant « Passion » propose un menu Brasserie avec possibilité de moduler les commandes entrée + plat ou plat + dessert ou formule complète entrée + plat + dessert. Nous adapterons notre travail, pendant le service, selon les commandes prises en salle.	
Semaine : 48	Menu du : / /	Objectifs de la séance
<u>Plat 1 :</u> Filet de truite meunière aux amandes, riz pilaf		<ul style="list-style-type: none"> • Peler à vif un citron • Cuire un riz pilaf • Cuire un filet de poisson meunière (réaliser un beurre meunière)
<u>Plat 2 :</u> Tarte aux pommes		<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une pâte sablée sucrée • Foncer un cercle à tarte • Cuire une compotée de pomme / une tarte.
<u>Plat 3 préparé par l'équipe de salle : Assiette de charcuteries</u>		

Plat 1 : Filet de truite meunière aux amandes, riz pilaf	Plat 2 : Tarte aux pommes																																																																																				
Les proportions pour 4 personnes :	Les proportions pour 6 personnes :																																																																																				
<table border="1"> <thead> <tr> <th>Ingrédients</th> <th>unités</th> <th>quantités</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Filet de truite</td><td>kg</td><td>0.600</td></tr> <tr><td>Beurre</td><td>kg</td><td>0.150</td></tr> <tr><td>Citron</td><td>pièce</td><td>3</td></tr> <tr><td>Amande effilée</td><td>kg</td><td>0.150</td></tr> <tr><td>Oignon jaune</td><td>kg</td><td>0.100</td></tr> <tr><td>Riz long</td><td>kg</td><td>0.220</td></tr> <tr><td>Fumet de poisson</td><td>litre</td><td>0.35</td></tr> <tr><td>Ail</td><td>gousse</td><td>1</td></tr> <tr><td>Bouquet garni</td><td>pièce</td><td>1</td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td>Assaisonnement</td><td>pm</td><td> </td></tr> </tbody> </table>	Ingrédients	unités	quantités	Filet de truite	kg	0.600	Beurre	kg	0.150	Citron	pièce	3	Amande effilée	kg	0.150	Oignon jaune	kg	0.100	Riz long	kg	0.220	Fumet de poisson	litre	0.35	Ail	gousse	1	Bouquet garni	pièce	1										Assaisonnement	pm		<table border="1"> <thead> <tr> <th>Ingrédients</th> <th>unités</th> <th>quantités</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>Farine</td><td>kg</td><td>0.250</td></tr> <tr><td>Beurre</td><td>kg</td><td>0.150</td></tr> <tr><td>Sel</td><td>kg</td><td>0.003</td></tr> <tr><td>Sucre</td><td>kg</td><td>0.100</td></tr> <tr><td>Oeuf jaune</td><td>pièce</td><td>3</td></tr> <tr><td>Pomme golden</td><td>pièce</td><td>8</td></tr> <tr><td>Vanille gousse</td><td>pièce</td><td>0.5</td></tr> <tr><td>Nappage neutre</td><td>PM</td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td>Assaisonnement</td><td>pm</td><td> </td></tr> </tbody> </table>	Ingrédients	unités	quantités	Farine	kg	0.250	Beurre	kg	0.150	Sel	kg	0.003	Sucre	kg	0.100	Oeuf jaune	pièce	3	Pomme golden	pièce	8	Vanille gousse	pièce	0.5	Nappage neutre	PM														Assaisonnement	pm	
Ingrédients	unités	quantités																																																																																			
Filet de truite	kg	0.600																																																																																			
Beurre	kg	0.150																																																																																			
Citron	pièce	3																																																																																			
Amande effilée	kg	0.150																																																																																			
Oignon jaune	kg	0.100																																																																																			
Riz long	kg	0.220																																																																																			
Fumet de poisson	litre	0.35																																																																																			
Ail	gousse	1																																																																																			
Bouquet garni	pièce	1																																																																																			
Assaisonnement	pm																																																																																				
Ingrédients	unités	quantités																																																																																			
Farine	kg	0.250																																																																																			
Beurre	kg	0.150																																																																																			
Sel	kg	0.003																																																																																			
Sucre	kg	0.100																																																																																			
Oeuf jaune	pièce	3																																																																																			
Pomme golden	pièce	8																																																																																			
Vanille gousse	pièce	0.5																																																																																			
Nappage neutre	PM																																																																																				
Assaisonnement	pm																																																																																				
Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons	Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons																																																																																				
<ul style="list-style-type: none"> • • • 	<ul style="list-style-type: none"> • • • 																																																																																				
Matériel de préparation et de cuisson	Matériel de dressage																																																																																				

Les tableaux d'organisation chronologique

APS 1 / Semaine 48

Je prépare mon APS

- Qu'est ce qu'un riz pilaf ?
- Qu'est ce qu'un beurre meunière ?
- Qu'est ce qu'une pâte sablée sucrée.

Illustration Plat 1

PHOTO

MENU DU JOUR

Assiette de charcuteries

**Filet de truite meunière
aux amandes, riz pilaf**

Tarte aux pommes

LES POINTS D'EVALUATION

- Peler un citron à vif.
- Habiller un poisson rond.
- Réaliser une pâte sablée / foncer.
- Cuire une compotée de pomme

Illustration Plat 2

PHOTO

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE

Horaire	Phases	Taches essentielles		TR
		PLAT 1	PLAT 2	
		Mise en place du poste pour la production		
	1		Effectuer les pesées et réaliser la pâte sablée sucrée. Laisser reposer au frais	
	2	Désâreter et parer les filets de truite, réserver au frais.		
	3	Eplucher et ciseler les oignons : finement. Peler à vif un citron, faire 4 belles tranches		
	4		Eplucher et tailler les pommes fruits. En émincer une partie et réaliser une compotée avec le reste, refroidir.	
	5	Marquer le riz pilaf en cuisson.		
	6		Foncer un cercle à tarte et garnir.	
	7		Marquer la tarte en cuisson. Napper de glaçage neutre après cuisson	
	8	Cuire les filets de truite. Contrôler la cuisson et rectifier l'assaisonnement du riz		
	9	Réaliser un beurre meunière (beurre + jus de citron) . Dresser / envoyer.		
			Dresser / envoyer	

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :

Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :

Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

Organisation des APS (Atelier Professionnel de Spécialité)

ATELIER PROFESSIONNEL DE SPECIALITE 2		
CONTEXTE 2	Situation professionnelle : Aujourd'hui le restaurant « Passion » propose un menu Brasserie avec possibilité de moduler les commandes entrée + plat ou plat + dessert ou formule complète entrée + plat + dessert. Nous adapterons notre travail, pendant le service, selon les commandes prises en salle.	
Semaine : 48	Menu du : / /	Objectifs de la séance
<u>Plat 1 :</u> Quiche lorraine		<ul style="list-style-type: none"> ●Réaliser une pâte brisée ●Sauter des lardons ●Réaliser un appareil à CP salé
<u>Plat 2 :</u> Dos de cabillaud, pistou, riz créole		<ul style="list-style-type: none"> ●Rôtir un pavé de poisson ●Réaliser une sauce dissociée ●Cuire un riz à grand mouillement
<u>Plat 3 préparé par l'équipe de salle :</u> Faisselle au miel		

Plat 1 : Quiche lorraine

Plat 2 : Dos de cabillaud, pistou, riz créole

Les proportions pour 8 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Farine	kg	0.250
Beurre	kg	0.125
Œuf (jaune)	pce	1
Lardons	kg	0.160
Gruyère	kg	0.100
Œuf (jaunes)	pce	2
Œuf	pce	2
Lait ½ écrémé	l	0.25
Crème liquide	l	0.25
Sel/poivre/muscade	kg	pm
Œuf (dorure)	pce	1

Les proportions pour 4 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Dos de cabillaud	kg	1
Basilic	botte	1/4
Ail	kg	0.025
Huile d'olive	l	0.100
Pignons de pin	kg	0.010
Parmesan	kg	0.020
Riz long	kg	0.200
Beurre	kg	0.040
sel/poivre	kg	pm

**Les termes culinaires professionnels
Techniques / cuissons**

-
-
-

**Les termes culinaires professionnels
Techniques / cuissons**

-
-
-

Matériel de préparation et de cuisson

Matériel de dressage

Les tableaux d'organisation chronologique

APS 2 / Semaine 48

Je prépare mon APS

MENU DU JOUR

Quiche lorraine

Dos de cabillaud, pistou,
riz créole

Faisselle au miel

LES POINTS D'EVALUATION

Illustration Plat 1

PHOTO

Illustration Plat 2

PHOTO

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE				
Horaire	Phases	Taches essentielles		TR
		PLAT 1	PLAT 2	
		Mise en place du poste pour la production		
	1	Peser, mesurer les ingrédients		
	2	Réaliser la pâte brisée, reposer		
	3	Préparer la garniture : lardons, gruyère râpé, appareil à crème prise		
	4	Abaissier, foncer		
	5		Réaliser le pistou	
	6	Garnir la quiche Cuire au four 180°C / 40 min		
	7		Cuire le riz créole Rôtir le dos de cabillaud	
	8		Rectifier les assaisonnements / Lier au beurre le riz	
	9	Dresser / envoyer		
			Dresser / envoyer	

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :
Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :
Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

Organisation des APS (Atelier Professionnel de Spécialité)

ATELIER PROFESSIONNEL DE SPECIALITE 1

CONTEXTE 2

Situation professionnelle : Le restaurant « Passion » propose aujourd'hui un service « Buffet ». Notre clientèle aura le loisir de choisir ses plats en salle. Nous aurons la charge de préparer des assortiments de plat pour réapprovisionner les buffets présentés. Nous travaillerons en brigade de façon à optimiser cette organisation spécifique.

Semaine : 49	Menu du : / /	Objectifs de la séance
Plat 1 : Assortiment d'entrées de saison <ul style="list-style-type: none"> - Crème de champignons - Petit feuilleté au jambon et fromage - Salade d'automne 		<ul style="list-style-type: none"> • Réaliser une sauce béchamel • Réaliser un potage mixé • Dresser / présenter une salade de saison
Plat 2 : Un poisson une viande, deux garnitures <ul style="list-style-type: none"> - Dos de cabillaud à l'unilatérale - Emincé de magret de canard sauce aux aïelles - Deux garnitures : jardinière de légume, pommes gaufrettes 		<ul style="list-style-type: none"> • Cuire à l'unilatéral / Sauter un magret de canard • Tailler / cuire une jardinière de légumes • Tailler cuire des pommes gaufrettes • Réaliser une sauce par déglacage (sauce aux aïelles)
Plat 3 préparé par l'équipe de salle : Chariot de dessert		

Plat 1 : Les proportions pour 4 personnes : <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 70%;">Ingrédients</th> <th style="width: 15%;">unités</th> <th style="width: 15%;">quantités</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="10" style="text-align: center; vertical-align: middle;"> Le menu étant composé de plusieurs entrées et plats, des documents de travail vous seront fournis pour la réalisation des plats composant le buffet. </td> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	Ingrédients	unités	quantités	Le menu étant composé de plusieurs entrées et plats, des documents de travail vous seront fournis pour la réalisation des plats composant le buffet.																					Plat 2 : Les proportions pour 4 personnes : <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 70%;">Ingrédients</th> <th style="width: 15%;">unités</th> <th style="width: 15%;">quantités</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	Ingrédients	unités	quantités																														
Ingrédients	unités	quantités																																																								
Le menu étant composé de plusieurs entrées et plats, des documents de travail vous seront fournis pour la réalisation des plats composant le buffet.																																																										
Ingrédients	unités	quantités																																																								
Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons <ul style="list-style-type: none"> • • • 	Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons <ul style="list-style-type: none"> • • • 																																																									
Matériel de préparation et de cuisson <div style="border: 1px solid black; height: 40px; width: 100%;"></div>	Matériel de dressage <div style="border: 1px solid black; height: 40px; width: 100%;"></div>																																																									

Les tableaux d'organisation chronologique

APS 1 / Semaine 49

Je prépare mon APS

- Qu'est ce qu'une sauce béchamel ?
- Qu'est ce qu'une cuisson à l'unilatéral ?
- Comment cuit-on des pommes gaufrettes ?

Illustration Plat 1

PHOTO

Buffets du jours

- Crème de champignons
- Petit feuilleté au jambon et fromage
- Salade d'automne

- Dos de cabillaud à l'unilatéral
- Emincé de magret de canard sauce sauce aux aïelles
- Deux garniture : jardinière de légume, pommes gaufrettes

- Chariot de desserts

LES POINTS D'EVALUATION

Illustration Plat 2

PHOTO

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE			
Horaire	Phases	Taches essentielles	TR
		<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> PLAT 1 PLAT 2 </div>	
		Mise en place du poste pour la production	
	1	<p>Pour cette APS une organisation par équipe de travail (brigade) vous sera proposée lors du lancement de séance.</p> <p>Vous devez préparer l'APS comme d'habitude en effectuant les recherches proposées dans l'encart « Je prépare mon APS »</p>	
	2		
	3		
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :
Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :
Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

Organisation des APS (Atelier Professionnel de Spécialité)

ATELIER PROFESSIONNEL DE SPECIALITE 2		
CONTEXTE 2	Situation professionnelle : Le restaurant « Passion » propose aujourd’hui un service « Buffet ». Notre clientèle aura le loisir de choisir ses plats en salle. Nous aurons la charge de préparer des assortiments de plats pour réapprovisionner les buffets présentés. Nous travaillerons en brigade de façon à optimiser cette organisation spécifique.	
Semaine : 49	Menu du : / /	Objectifs de la séance
<u>Plat 1</u> :		
Spaghettis (carbonara, napolitaine, bolognaise)	<ul style="list-style-type: none"> ● Cuire à grand mouillement des pâtes ● Réaliser une sauce tomate, une fondue de tomate ● Réaliser une bolognaise 	
<u>Plat 2</u> :		
Crème brûlée Crêpes (confiture, miel, chocolat, chantilly)	<ul style="list-style-type: none"> ● Réaliser un appareil à crème prise sucrée ● Réaliser une sauce chocolat ● Réaliser une chantilly 	
<u>Plat 3 préparé par l'équipe de salle</u> : Crudités variées		

Plat 1 : Spaghettis napolitaines

Plat 2 : Crèmes brûlées

Les proportions pour 4 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Spaghettis	kg	0.320
Beurre	kg	0.060
Poitrine de porc	kg	0.040
Carottes	kg	0.040
Oignons	kg	0.040
Farine	kg	0.020
Concentré de tomates	kg	0.040
Ail	gous	4
Bouquet garni	pce	1
Echalotes	kg	0.020
Tomates	kg	0.400
Parmesan et/ou gruyère	kg	0.080

Les proportions pour 4 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Lait	l	1/4
Crème	l	1/4
Œufs (jaunes)	pce	6
Sucre semoule	kg	0.100
Vanille gousse	pce	1/2
Rhum	l	pm
Sucre roux	kg	0.100

Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons

-
-
-

Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons

-
-
-

Matériel de préparation et de cuisson

Matériel de dressage

Les tableaux d'organisation chronologique

APS 2 / Semaine 49

Je prépare mon APS

MENU DU JOUR

Crudités variées

Spaghettis (carbonara,
napolitaine, bolognaise)

Crème brûlée
Crêpes (confiture, miel,
chocolat, chantilly)

LES POINTS D'EVALUATION

Illustration Plat 1

PHOTO

Illustration Plat 2

PHOTO

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE				
Horaire	Phases	Taches essentielles		TR
		PLAT 1	PLAT 2	
		Mise en place du poste pour la production		
	1		Peser, mesurer les ingrédients	
	2		Réaliser l'appareil à crème prise sucré	
	3		Cuire les crèmes brûlées	
	4	Laver, éplucher et tailler les légumes		
	5	Marquer la sauce tomate et la fondue de tomate en cuisson		
	6	Marquer la sauce bolognaise, réserver au bain-marie		
	7		Refroidir les crèmes en cellule de refroidissement rapide (CRR)	
	8	Marquer la carbonara en cuisson, réserver au bain-marie		
	9	Dresser / envoyer		
			Dresser / envoyer	

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :
Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :
Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

Organisation des APS (Atelier Professionnel de Spécialité)

ATELIER PROFESSIONNEL DE SPECIALITE 1		
CONTEXTE 2	Situation professionnelle : Pour finir cette année 2016 le restaurant « Passion » propose un menu de Noël traditionnel aux jeunes étudiants avec entre autre et pour marquer l'occasion le service d'un plateau de toasts et un cocktail sans alcool en guise d'entrée.	
Semaine : 50	Menu du : / /	Objectifs de la séance
<u>Plat 1</u> :		<ul style="list-style-type: none"> • Tailler une brunoise de légume • Tourner / cuire des pommes cocottes • Habiller / découper une volaille à cru / cuisson sauter
Pintade rôtie, marrons braisés et pommes cocottes.		
<u>Plat 2</u> :		<ul style="list-style-type: none"> • Finition, décor, dressage des bûches
Bûche de Noël pâtissière		
<u>Plat 3 préparé par l'équipe de salle</u> : Assortiment de toasts et cocktail sans alcool.		

Plat 1 : Pintade rôtie, marrons braisés et pommes cocottes.

Les proportions pour 4 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Pintade PAC 1,4 kg	pièce	1
Poitrine fumée	kg	0.200
Carotte	kg	0.200
Oignons jaune	kg	0.200
Célerie rave	kg	0.100
Bouquet garni	pièce	1
Marron surgelé entier	kg	0.600
Beurre doux	kg	0.100
Pomme de terre	kg	1.000
Assaisonnement	PM	

Plat 2 : Bûche de Noël pâtissière

Les proportions pour 8 personnes :

Ingrédients	unités	quantités
Travail d'assemblage et de décor des bûches.		
Utilisation de plaque de génoise PAI.		
Préparations de base réalisées en AE (J-2)		

Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons

-
-
-

Les termes culinaires professionnels Techniques / cuissons

-
-
-

Matériel de préparation et de cuisson

Matériel de dressage

Les tableaux d'organisation chronologique

APS 2 / Semaine 50

OBJECTIFS

-
-
-
-
-

MENU DU JOUR

LES POINTS D'EVALUATION

Illustration Plat 1

PHOTO

Illustration Plat 2

PHOTO

DEROULEMENT CHRONOLOGIQUE DE LA SEANCE			
Horaire	Phases	Tâches essentielles	TR
		<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> PLAT 1 PLAT 2 </div>	
		Mise en place du poste pour la production	
	1		
	2		
	3		
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		
	9		

TR : Temps de réalisation

Notion(s) de technologie culinaire abordée(s) en APS :
Notion(s) de sciences appliquées abordée(s) en APS :
Notion(s) de gestion abordée(s) en APS :

