

**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, service diététique.

**Les stagiaires :**

1 à 8 maxi.

**Réf.: INTR7**

Intra-entreprise

## Programme de formation :

### → 1 / PRÉSENTATION DE LA FORMATION.

- Évoquer les pratiques actuelles des stagiaires.
- Pourquoi est-il important de supprimer les additifs alimentaires et les fonds et jus déshydratés ?
- Se questionner sur certains ingrédients présents en restauration scolaire, de santé ou d'entreprise.

### → 2 / COMPOSITION DES FONDS ET DES AIDES CULINAIRES :

- Analyser les compositions des aides culinaires (fonds, jus, roux industriel, poudres à rôtir...).
- Quelles techniques culinaires et quels produits de substitution pour proposer des recettes "Clean Label".

### → 3 / TECHNIQUES ALTERNATIVES.

- Les 4 saveurs et l'UMAMI et les fondamentaux sur les exhausteurs de goût en cuisine végétale.
- Les principes de l'aromatisation des sauces.
- Sauces maison alternatives : sucrées, salées, chaudes, froides, bouillon végétal, huiles parfumées, enrobages épicés...

### → 4/ ATELIERS CULINAIRES (+ de 70% du temps de la formation).

- Réalisation de nombreuses recettes en four et/ou sauteuses (compatible avec les cuissons de nuit si vous utilisez ce process)
- Recettes, carnées, moins carnées et 100% végétales.
- Valoriser et égayer les légumes (souvent les parents pauvres de nos assiettes).
- Dégustations avec les stagiaires et possibilité de réaliser un buffet dégustation.

### → 5 / MODALITÉS D'ÉVALUATION ET CERTIFICAT.

Questionnaire de vérification des acquis et remise d'un certificat de réalisation de la formation.

**Économies  
Plaisir gourmands  
Efficacité**
**Les prérequis :**

Pas de prérequis.

**Pédagogie :**

 Alternance d'apports théoriques avec des ateliers de cuisine.  
 Questions au fil de l'eau.  
 QCM.

## Objectifs Pédagogiques :

✓ Identifier les additifs alimentaires dans les produits de votre cuisine.

✓ Utiliser des produits naturels ou natifs pour remplacer les additifs.

✓ Cuisiner des bases aromatiques pour supprimer les fonds industriels.

✓ Pratiquer des techniques culinaires alternatives pour optimiser les densités nutritionnelles et gustatives.


[www.cuisson-expertise.fr](http://www.cuisson-expertise.fr)


3 Cité Georges Charpak-15130 Arpajon sur Cère



fberge@cuisson-expertise.fr



(+33) 06 69 52 78 06

**NDPAF:** 83150312815
