

### 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<sup>maxi</sup>.

## Programme de formation :

Réf.: INTR8  
Intra-entreprise

### → 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.

### → 6/ VÉRIFICATION DES ACQUIS.

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

## 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.

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