

Lundi 22, mardi 23 et mercredi 24 janvier 2024

3 jours, soit 21 heures

8h30 - 12h / 13h - 16h30



M. David  
**ALESSANDRIA**

Un Des Meilleurs  
Ouvriers de France

## Objectifs pédagogiques

- Perfectionner ses connaissances des différentes formes de cuisines santé et bien-être.
- Mettre en place une démarche créative et proposer un plat végétal complet et équilibré.
- Mieux répondre aux nouvelles attentes et séduire une clientèle en recherche de naturel.

## Certification

Possibilité de valider tout ou partie de la certification par bloc de compétences :

- Titre à finalité professionnelle de niveau 3  
Commis de cuisine
  - RNCP 37859
  - CERTIFICATIONS ET SERVICES -
  - TOURISME HOTELLERIE  
RESTAURATION LOISIRS
- Date d'enregistrement : 19-07-2023

## Contenus de la formation

### Définition de nourriture saine

- Comprendre les bases nutritionnelles d'alimentation afin de pouvoir facilement créer des plats et menus sains et équilibrés
- Les ingrédients ou produits « clé »
- Connaître l'impact de l'alimentation sur la santé et sur l'environnement
- Pourquoi développer une proposition végétale

### Connaissance des produits

- Identifier un large éventail de légumes, légumineuses, de céréales et de produits à base de végétaux
- Découvrir les aliments fermentés (lactofermentation) et les méthodes d'élaboration
- Connaître les dérivés du soja (tofu) sous ses différentes formes, textures et présentation
- Savoir l'utiliser judicieusement afin de pouvoir l'accommoder de façon savoureuse
- Acquérir le réflexe des produits locaux, bio, de saison pour favoriser une alimentation de qualité
- Choisir les bonnes matières grasses

### Réalizations de recettes et menus spécifiques

- Mettre en place une démarche créative : association de saveurs et textures
- Maîtriser les techniques professionnelles de transformation des produits pour construire des plats qui appliquent les principes des arts culinaires végétaux
- Modes de cuisson et de préparation adaptés

### Commercialisation et proposition à la clientèle

- Choix des appellations
- Mise en valeur des assiettes et des plats (décoration, mariages de couleurs, dressages)
- Etre en mesure de modifier un menu, une proposition en fonction de la demande du client.

### Bilan de la formation

- Discussion avec les participants sur les acquis de formation
- Remise d'un certificat de formation en fin de session

## Modalités d'accès

Professionnels de l'Hôtellerie-Restauration.  
Aucun prérequis.

## Délai d'accès

Selon le calendrier prévisionnel.

## Modalités d'inscription

**Contact : fpc@cefppa.eu**

En ligne sur **cefppa.eu**, en entrées et sorties permanentes

- **Pour les salariés de la branche**

Via le portail des actions de branche AKTO  
**espaceformation.akto.fr**

- **Pour les particuliers**

Via le portail du Compte Formation (CPF)

- **Pour les TNS**

Via le **formulaire d'AGEFICE**

## Coût

**1 140 €, prix net**



## Lieu

CEFP A Adrien Zeller  
4 rue Eugénie Brazier  
67400 Illkirch-Graffenstaden

## Accessibilité

Cette formation est accessible aux  
personnes en situation de handicap.

## Méthodes pédagogiques

- Formation pratique alternant démonstration et participation active des participants.
- Nombreuses recettes réalisées avec l'intervenant suivies de phases de présentation (mise en valeur, dressage) et de dégustation (analyse organoleptique).
- Formation en présentiel.

## Modalités d'évaluation

- Auto-évaluation des attentes et des compétences préalables à la formation.
- Evaluation en cours de formation par le formateur sous forme d'observations, de quizz et de questionnaires.
- Evaluation en fin de formation établie par le formateur et l'apprenant.

## Taux de satisfaction

- 128 formations réalisées en 2023
- 625 stagiaires
- 4,6 / 5 de satisfaction globale

