



Saveurs maison pour une cuisine simple, rapide et savoureuse

Des plats faits maison, frais et authentiques, pensés pour une table d'hôtes : maîtrisez les bases culinaires, gagnez en efficacité et sublimez vos préparations avec des sauces, des accompagnements et des dressages gourmands.



40
heures



Formation à distance
en live



Mises en situation
et fiches pratiques



Accompagnement
e-learning inclus



Objectifs de la formation

- Mieux connaître les méthodes et techniques de préparation des aliments afin de mettre chacun d'eux en valeur.
- Redécouvrir les produits qui composent les plats et proposer une cuisine simple, rapide et savoureuse.
- Ajouter sauces, accompagnements et saveurs à une cuisine faite maison.
- Être capable de proposer des repas complets, de l'entrée au dessert, simples à réaliser.

Public : propriétaires ou responsables de chambres d'hôtes, gîtes et maisons de charme en relation avec la clientèle.



Compétences visées

- Acquérir les techniques professionnelles des bases culinaires.
- Réaliser un repas complet en peu de temps et avec facilité.
- Sublimier sa cuisine avec des sauces et autres accompagnements.
- Organiser son poste de travail dans le respect des règles d'hygiène et de sécurité.

Prérequis : aucun diplôme ou niveau de connaissance requis. Une évaluation préalable permet d'orienter l'apprenant vers le groupe adapté.



Programme

- 01 Mise en avant des fruits et des légumes**
 - Préparations : laver, décontaminer, éplucher, monder à chaud, peler à vif.
 - Cuissons : pocher, court mouillement, suer, poêler, sauter, glacer et frire.
- 02 Les œufs sous toutes leurs formes**
 - Entrées, plats, omelettes garnies et desserts.
 - Modes et temps de cuisson ; recettes originales, gourmandes et revisitées.
- 03 Viandes et poissons : fraîcheur, conservation et préparation**
 - Techniques de cuisson et impact gustatif ; cuisson à cœur et degrés de cuisson des viandes rouges.
 - Griller, braiser, poêler, rôtir, pocher ; marinades chaudes et froides, condiments et épices.
- 04 Les sauces : donner de la personnalité aux plats**
 - Émulsions : hollandaise, mayonnaise ; béchamel, espagnole et veloutés.
 - Sauces tomate, ketchup maison, sauces « coup de feu » : échalotes, bordelaise, poivre, crème.
 - Vinaigrette et ses dérivés.
- 05 Tour d'horizon des pâtes à tartes**
 - Pâtes sucrées, salées, express et légères ; feuilletée rapide, brioche, choux et cake.
 - Garnitures salées et sucrées à base de flan et/ou de crème.
- 06 L'univers des pâtisseries, desserts et entremets**
 - Crèmes de base : pâtissière et dérivées, anglaise, chantilly, beurre, amandes, citron...
 - Entremets chauds et froids : soufflés, tartes, beignets, rissoles, bavares, charlottes.
 - Desserts aux fruits : salades de fruits frais, fruits rôtis ou pochés.



Démarche pédagogique

La formation de **40 heures** associe apports théoriques et mises en situation dans des conditions proches du travail réel grâce à une plateforme collaborative dédiée. Des fiches pratiques accompagnent les thèmes étudiés. Les réalisations donnent lieu à un partage des ressentis et à l'identification des axes d'amélioration.

Référente pédagogique : Anaïs CHAMPEVAL - 05 53 53 53 21.



Évaluation

L'évaluation de fin de formation est réalisée par le formateur selon les compétences visées. Elle peut prendre la forme d'un QCM ou d'un échange oral pendant une séance. À son issue, ATIS vérifie que les enseignements prévus ont bien été suivis et remet le certificat de fin de stage. Un questionnaire de satisfaction complète l'évaluation.



Un accompagnement e-learning pour prolonger la formation



Vidéo de présentation
de chaque séquence



Quiz
d'évaluation



Replays des
cours passés



Ressources pédagogiques
complémentaires
(PDF, fiches pratiques, supports
de synthèse)



Dates et horaires

Vous souhaitez participer à une session ou obtenir des informations complémentaires sur la formation, son financement, son contenu ou notre démarche pédagogique ?

Contactez-nous au
06 32 47 02 80.



Tarification

Aucun frais administratif n'est facturé pour la constitution et le suivi du dossier de financement. Le prix pédagogique dépend du volume d'heures concerné.
Devis : Laurent FAURE - **05 53 53 53 07**
laurent.faure@atisformation.com
Inscription jusqu'à 2 jours francs avant le début ; AGEFICE :
dépôt entre 3 mois et 15 jours francs avant.



Accessibilité

Pour toute question relative à l'accessibilité ou aux besoins d'aménagement :

Référent handicap :
05 53 53 53 07
Une étude individualisée des besoins peut être réalisée.

