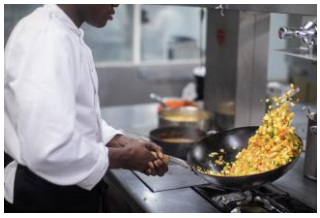
CUISINE MODE D'EMPLOI(S)
LA FORMATION AUX MÉTIERS DE LA RESTAURATION AVEC THIERRY MARX

Formation qualifiante
Titre à finalité professionnelle de niveau 3
Commis de cuisine

Formacode : 42752
Code ROME : G1602



Durée

11 semaines de formation

- **280 heures** en centre de formation
- **105 heures** de stage en entreprise

Intensité horaire journalière : **7 heures**

Public

- Demandeurs d'emploi
- Allocataires du RSA et des minimas sociaux
- Jeunes sans qualifications ou décrocheurs scolaires
- Personnes sous main de justice
- Bénéficiaires de la protection internationale
- Autre public ou entreprises : nous contacter

Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Le responsable de site est à votre disposition pour accueillir, analyser la demande et la faisabilité du projet de formation et le cas échéant orienter les personnes en situation de handicap vers les partenaires et les structures compétentes.

Pré-requis

- Motivation
- Cohérence du projet professionnel
- Maitrise de la langue française et des 4 grandes opérations mathématiques de base

Objectifs

- Apprendre et maitriser:
  - Les 80 gestes de base de la cuisine
  - Les 90 recettes du patrimoine culinaire français
- Utiliser correctement le matériel de service
- Appliquer les règles d'hygiène et de sécurité
- **Valider le diplôme**

Prise en charge financière

Financement de la formation entièrement pris en charge pour les bénéficiaires (OPCO, collectivités territoriales, mécènes…)

Programme

MODULE 1
Hygiène et Sécurité *15 heures*

- Appliquer les règles d'hygiène et de sécurité relatives aux aliments et aux personnes conformes à la règlementation en vigueur
- Tenue professionnelle
- Comportement et postures professionnels

MODULE 2
Développement durable *7 heures*

- Valoriser les productions locales
- Respecter la saisonnalité des produits
- Lutter contre le gaspillage alimentaire
- Privilégier les produits éco-responsables
- Optimiser les conditions de travail
- Réduire les consommations d'énergie et d'eau

MODULE *3*
Préparation préliminaires *56 heures*

- Laver et éplucher les légumes
- Travailler les fruits, agrumes et légumes (émincer, canneler, peler, tailler, tourner, monder, concasser…)
- Travailler les condiments (persil, ail, oignon, échalotes, bouquet garni…)
- Utiliser une mandoline, un robot, trancher
- Clarifier des œufs
- Chemiser un moule
- Ouvrir et nettoyer des coquillages
- Travailler la viande, la volaille, les poissons (transformation des produits bruts)
- Passer au chinois, passer à l'étamine
- Refroidir réglementairement une préparation
- Utiliser des produits semi-élaborés

MODULE 4
Cuissons *55 heures*

- Cuire dans un liquide (pochage, court bouillon..)
- Cuire des œufs à la coque, mollets, durs, omelette, brouillés, au plat
- Griller, braiser, poêler, sauter, rôtir: viandes, abats ou volailles
- Cuire des légumes (étuver, braiser…)
- Cuire des pâtes et du riz
- Frire des aliments
- Griller, braiser, poêler, sauter: poissons plats et ronds
- Cuire à la vapeur des poissons, des viandes
- Cuire avec une sonde (à cœur)
- Goûter les préparations: analyser, rectifier

MODULE 5
Fonds et sauce *54 heures*

- Réaliser des beurres composés crus
- Réaliser des purées de légumes
- Réaliser des sauces (tomate, béchamel, émulsionnées froides et chaudes ou stables et instables)
- Réaliser des marinades (instantanées, crues ou cuites)
- Lier: à la farine, au roux, à la fécule, à la maïzena par réduction, ou matière grasse
- Réaliser une sauce au vin rouge
- Réaliser un fumet de poisson simple
- Réaliser des fonds et des veloutés (veau, volaille, poisson)
- Utiliser des produits semi-élaborés
- Goûter les préparations: analyser, rectifier

MODULE 6
Pâtisserie *30 heures*

- Beurrer des moules, cirer des plaques
- Chemiser un cercle à entremet
- Utiliser la poche à douille
- Tamiser et fleurer
- Préparer des appareils sucrés et salés
- Réaliser les pâtes (à crêpes, à sauter, à frire, enrober, glacer…)
- Réaliser les crèmes (anglaise, pâtissière, fouettée, chantilly)
- Pocher des fruits
- Monter et incorporer des blancs en neige
- Cuire du riz pour entremets
- Réaliser des pâtes (brisée, feuilletée, à choux, génoise…)
- Cuire à blanc des fonds de tartes
- Utiliser un nappage
- Cuire du caramel
- Utiliser des produits semi-élaborés
- Goûter les préparations: analyser, rectifier

MODULE 7
Approvisionnement stockage *10 heures*

- Réceptionner et vérifier les denrées livrées (DLC, température…)
- Ranger les denrées par ordre d'arrivée et à l'endroit approprié
- Effectuer un inventaire simple
- Effectuer des contrôles sur le stockage
- Déconditionner et conserver les étiquettes en vue de la traçabilité

MODULE 8
Organisation *12 heures*

- Respecter les fiches techniques
- Ordonnancer son travail en fonction des temps de cuisson et de préparation
- Déterminer les besoins en matériel et leur bonne utilisation
- Organiser son plan de travail
- S'adapter aux situations imprévues
- Travailler en équipe
- Respecter les produits et les souhaits clients

MODULE 9
Distribution *15 heures*

- Préparer le matériel de service
- Dresser et envoyer les plats selon les instructions reçues
- Répondre aux annonces et commandes
- Adapter le contenant au contenu (en fonction notamment de la température)

MODULE 10
Remise en état du poste de travail et des locaux *21 heures*

- Nettoyer et ranger le poste de travail
- Participer au rangement et au nettoyage des locaux
- Participer au nettoyage du matériel

MODULE 11
Bilan mi-parcours et fin de formation *5 heures*

- Bilan collectif
- Bilan individuel avec formulaire
- Evaluation de la recherche d'emploi et orientation vers des offres le cas échéant

Validation visée

Titre à finalité professionnelle de niveau 3

Modalités de sélection des candidats

Les candidatures sont à envoyer directement via notre site internet **www.cuisinemodemplois.com** pastille « déposer ma candidature ». Il vous faudra renseigner votre numéro de demandeur d'emploi et télécharger CV et lettre de motivation.

Si votre candidature est retenue, vous serez convoqué.e à un entretien de sélection avec un jury.

Modalités pédagogiques

- Formation **100% en présentiel**
- Apprentissage par la **pratique et la mise en situation professionnelle**
- Mise à disposition de chaque stagiaire d'une tenue professionnelle, d'une mallette de couteaux et d'un livre de référence le temps de la formation

Moyens techniques et encadrement

Toutes nos écoles disposent de plateaux techniques équipés, vestiaires, salles de restaurant équipées, accès Wifi.

Equipe pédagogique mobilisée: un formateur expert professionnel du métier formé à notre modèle pédagogique, un responsable de site.

Modalités de suivi et évaluation

- Suivi (contrôle des présences)

- Evaluations tout au long de la formation: Evaluation préalable (positionnement), contrôle continu hebdomadaire (en centre et en entreprise) et évaluation finale (quiz et épreuve devant un jury de professionnel)

- Les résultats sont connus à l'issue de l'avis de la commission de l'organisme certificateur qui émet alors le diplôme

- **Possibilité de validation partielle par blocs de compétences**

- Une attestation individuelle de formation est délivrée aux stagiaires à l'issue de la journée de bilan. Un questionnaire de satisfaction est également envoyé à l'issue du parcours de formation afin d'évaluer la satisfaction globale des stagiaires sur l'organisation et les qualités de la formation

Suite du parcours

Possibilité de passer le CAP en candidat libre

Financement de la formation

Financement de la formation entièrement pris en charge pour les bénéficiaires (frais pédagogiques, équipement, repas du midi). **Frais restant à charge du bénéficiaire : 0€**.

Débouchés

Commis de cuisine, commis de cuisine de collectivité, cuisinier

Réussite

Taux de validation du diplôme : **83%**
Taux de sorties positives: **87%**

Source: rapport d'activité 2023

Nos centres de formation

Paris : 3/7 rue Albert Marquet 75020 Paris *(Accès : Métro Maraîchers (l.9) / Tram Porte de Montreuil (T3B) / Bus 26, 64 (Pyrénées Bagnolet), 501 (Albert Marquet)*

Clichy-sous-Bois: 58 allée Auguste Geneviève 93390 Clichy-sous-Bois *(Accès : RER B Sevran-Livry ou RER E Gagny / Bus 623 arrêt Parc des sports, Bus 147 arrêt place de la Libération, T4 Léon Blum)*

Champigny-sur-Marne : 1 avenue Danielle Casanova 94500 Champigny-sur-Marne (*Accès : Gare RER E des Boullereaux – Champigny / Bus RATP Joinville le pont RER ↔ Villiers sur marne RER)*

Grigny : 4 place Henri Barbusse 91350 *Grigny (Accès : RER D Grigny)*

Besançon : 4J chemin de Palente 25000 Besançon *(Accès : Bus 7 arrêt Grand Buisson, Bus 11 arrêt Collège Proudhon, Tram (l.1) arrêt Fort Benoît)*

Nice : 13 avenue Simone Veil 06200 Nice *(Accès : Tram (ligne2,3) arrêt Digue des Français/ Bus L.17, 50 arrêt collège Jules Romain, Bus L. 22, 59 arrêt Palais Nikaïa)*

Toulouse : MIN de Toulouse, 200 avenue des Etats-Unis 31200 *Toulouse (Accès : Métro ligne B arrêt La Vache)*

Marcq-en-Barœul : 6 rue Hector Berlioz 59700 Marcq-en-Barœul (*Accès : Tramway Lille direction Roubaix -Tourcoing arrêt Clémenceau Hippodrome/ Bus L.16 arrêt piscine, L.CO3 arrêt Clémenceau Hippodrome)*