

PÉRIODE	THÈME	DURÉE	OBJECTIFS DE LA FORMATION	TARIFS 2017
DU 18 AU 21 AVRIL 2017	<b>LA CUISINE BIEN ÊTRE</b>	<b>28 heures</b> (4 jours)	Maitriser la réalisation de bouillons aromatiques, savoureux et pauvres en graisse. Réaliser des huiles sous vide, des eaux parfumées à utilisation diverse, des sauces de bases et dérivées. Maîtriser la liaison par la purée de légumes, l'association des produits terre et mer, les modes de cuisson : pochage, cuisson basse température, sous vide. Proposer des plats gourmands en jouant sur les contrastes de texture et de température. <b>Intervention d'une diététicienne.</b>	<b>1660€ HT</b>
DU 24 AU 28 AVRIL 2017	<b>LA CUISINE D'ÉTÉ</b>	<b>35 heures</b> (5 jours)	Apprendre les techniques de cuisson et de préparation : basse et juste température. Apprendre les propriétés organoleptiques (assaisonnements, goûts, saveurs, etc.) et le dressage de l'assiette moderne. Apprendre les techniques de préparation de pâtes fraîches, de consommés, de fonds, de jus et développer vos connaissances « produits de la méditerranée ».	<b>1750€ HT</b>
DU 29 AU 31 AOÛT 2017	<b>LES LÉGUMES &amp; RECETTES VÉGÉTALES</b>	<b>21 heures</b> (3 jours)	Connaître la saisonnalité des fruits et légumes. Maitriser leurs différentes cuissons et mettre en avant les protéines végétales. Cuisiner simplement en variant les textures et saveurs. Composer une assiette gourmande et appétissante en favorisant la variété et la fraîcheur des légumes. Maitriser vos dressages.	<b>850€ HT</b>
DU 30 AOÛT AU 1ER SEPT. 2017	<b>LA CUISINE BISTROT</b>	<b>21 heures</b> (3 jours)	Connaître les produits du terroir français. Maîtriser les techniques de base pour innover. Rendre gourmande et appétissante une recette traditionnelle tout en conservant de belles valeurs gustatives.	<b>850€ HT</b>
OCT/DEC. 2017	<b>LES CHAMPIGNONS &amp; LE GIBIER</b>	<b>21 heures</b> (3 jours)	<b>Connaître la classification des gibiers.</b> Plumer & habiller. Préparer notamment le lièvre et le lapin de garenne. Maîtriser les techniques spécifiques de cuisson : civet, salmis, etc. Réaliser des marinades crues et cuites, des pâtés et terrines. <b>Connaître la classification des champignons</b> et maîtriser leurs cuissons : fricassée, ragoût. Mettre en valeur le champignon dans des recettes complexes et créatives.	<b>850€ HT</b>
NOV/DEC. 2017	<b>LES CRUSTACÉS &amp; LES MOLLUSQUES (DONT LA ST-JACQUES)</b>	<b>21 heures</b> (3 jours)	Savoir acheter : connaître les saisons et différencier les provenances. Être sensibilisé aux critères de fraîcheur. Maîtriser les techniques fondamentales : tronçonner, décortiquer, cuire, etc. Réaliser des sauces de bases classiques : Américaine, Nantua, Nage, Marinière, etc. Maîtriser les cuissons et assaisonnements avec des recettes actuelles.	<b>850€ HT</b>
	<b>LE FOIE GRAS</b>	<b>14 heures</b> (2 jours)	Identifier la provenance et les critères de qualité du foie gras. Maîtriser la préparation préliminaire, le bon assaisonnement et les 8 modes de cuisson : pocher, cuit à plat, sous vide, en ballotin, en terrine, sauté, etc. Réaliser des montages avec des garnitures originales en adéquation avec le produit. Composer des assiettes pour valoriser vos recettes.	<b>570€ HT</b>

## NOUVEAUTÉS FORMATIONS PROFESSIONNELLES 2017/2018

PÉRIODE	THÈME	DURÉE	OBJECTIFS DE LA FORMATION	TARIFS 2017
JANV/MARS 2018	LA TRUFFE	14 heures (2 jours)	Découvrir et apprendre à bien cuisiner la Truffe Mélanosporum. Connaître les différents moyens de conservation. Réaliser des produits de base avec l'apport de truffe et l'associer à vos recettes de viandes, poissons et légumes.	750€ HT
	LES COCOTTES (LA CUISINE À PARTAGER)	14 heures (2 jours)	Réaliser des recettes traditionnelles et conviviales. Découvrir les avantages de la cuisson en cocotte : sautée, ragout, braisée. Optimiser l'utilisation des cocottes pour cuire vos légumes, viandes et poissons. Travailler sur la tendreté et la jutosité de vos produits lors de cuissons longues.	560€ HT
	LES SAUCES & LES JUS	21 heures (3 jours)	Réaliser des fonds de base : brun, blanc, bouillon, à l'Américaine, fumet, etc. / des jus, une clarification / des sauces émulsionnées froides stables, instables et leurs dérivées : ravigote, tartare, cocktail, etc. / des sauces émulsionnées chaudes stables et leurs dérivées : béarnaise, hollandaise, mikado, choron, etc. Savoir associer des sauces à vos mets : bigarade, poivrade, madère, bordelaise marinière, cresson, etc. Et les présenter pour les faire déguster.	830€ HT
AVRIL/MAI/ JUN 2018	LES POISSONS	21 heures (3 jours)	Habiller et fileter différents poissons : rond, plat 2 filets, plat 4 filets. Réaliser des fumets de poissons et sauce dérivées. Maîtriser les différents modes de cuisson des poissons : pocher, court mouillement, sous vide, basse température, meunière. Dresser vos mets. Optimiser la production et la gestion de votre temps.	850€ HT

## NOUVEAUTÉS PROGRAMMES RECONVERSION 2017/2018

PÉRIODE	THÈME	DURÉE	OBJECTIFS DE LA FORMATION	TARIFS 2017
DU 18 AU 21 AVRIL 2017	PÂTISSERIE PERFECTIONNEMENT	28 heures (4 jours)	Réaliser une glace, un sorbet, une pâte levée. Maîtriser le pochage. Savoir glacer un entremet. Réaliser une pâte sablée, une crème anglaise, une crème pâtissière, une pâte à chou, un sablé, une ganache, etc. Connaître les différentes cuissons au four et à basse température (biscuit, pâte à chou, sablé, pâte levée....) Comprendre le dressage des différents desserts. Savoir organiser votre journée de travail.	916€ HT
PRINTEMPS 2018	LA CUISINE BIEN-ÊTRE	28 heures (4 jours)	Maîtriser la réalisation de bouillons aromatiques, savoureux et pauvres en graisse. Réaliser des huiles sous vide, des eaux parfumées à utilisation diverse, des sauces de bases et dérivées. Maîtriser la liaison par la purée de légumes, l'association des produits terre et mer, les modes de cuisson : pochage, cuisson basse température, sous vide. Proposer des plats gourmands en jouant sur les contrastes de texture et de température.	1100€ HT