

**Lundi 30 septembre, mardi 1er et mercredi 2 octobre 2024**

3 jours, soit 21 heures  
8h30 - 12h / 13h - 16h30



**M. Frédéric  
LEFEVRE**  
Chef de cuisine  
Consultant

## Objectifs pédagogiques

- Appréhender les techniques et la réglementation du sous-vide, en maîtriser la mise en application.
- Découvrir les différentes techniques de cuisson basse température permettant de proposer une offre supplémentaire, qualitative, organisée et créative.

## 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 HOTELIERIE  
RESTAURATION LOISIRS
- Date d'enregistrement : 19-07-2023

## Contenus de la formation

### Prendre connaissance de la technologie du sous-vide

- Connaître le matériel spécifique, machines sous vide, thermo plongeur, fours et matériels polyvalents, sachets et sondes de température
- Définir les différents process de productions applicables au sous vide en cuisine
- Prendre connaissance des interactions physiques et chimiques sur les aliments
- Appréhender les bonnes pratiques d'hygiène dans le domaine du sous-vide

### Utiliser et appliquer les techniques et cuissons propres au sous-vide

- Acquérir les bases de la cuisson sous-vide
- Mettre en application les techniques et recettes sous-vide
- Maîtriser les bonnes pratiques d'une mise sous-vide optimale
- Analyser la technique de production et déguster les plats réalisés
- Connaître les modes de conservation des produits et plats réalisés

### Appliquer l'hygiène et la réglementation spécifique au sous-vide

- Prendre connaissance de la réglementation en vigueur
- Intégrer les bonnes pratiques d'hygiène au quotidien

### Mettre en place la documentation professionnelle adaptée

- Établir des fiches techniques des recettes préparées lors des travaux pratiques
- Aborder la cuisson basse température : la technique et les règles, les tableaux de cuisson temps/température, les avantages et les inconvénients

### Connaître les méthodes de conservation

- Définir les avantages et les inconvénients
- Utiliser les techniques et les règles en vigueur

### Bilan de la formation

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

# Le sous-vide : techniques de cuisson et de conservation

## 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](http://cefppa.eu), en entrées et sorties permanentes

- **Pour les salariés de la branche**

Via le portail des actions de branche AKTO [espaceformation.akto.fr](http://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

RESTAURANT CAPRICIOSSA  
67000 STRASBOURG

## 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

