



# TECHNIQUE DE CUISSON BASSE TEMPERATURE, SOUS VIDE, A LA VAPEUR ET MIXTES

## I Modalités disponibles

Presentiel

## I Durée de la formation

Durée de la formation : 21 heures.

## I Public

Tout professionnel du métier de cuisinier.  
Accessibilité à tout pour tous.

## I Prérequis

Connaissances des techniques et théories culinaires.  
Capacités de mises en applications dans les règles d'hygiène.

## I Formateur

Professionnel confirmé dans l'exercice de ses fonctions,  
compétences pédagogiques à mettre en œuvre les formations.

## I Méthodologie et moyens pédagogiques

Méthode active et participative sur plateau technique.  
Apports théoriques illustrés.  
Supports visuels et fiches outils.

## I Objectifs

Réaliser des cuissons en basse température (viandes,  
poissons, fruits, légumes et féculents).  
Réaliser et maîtriser les techniques de cuissons sous vide  
à juste température.  
Réaliser des cuissons vapeurs et mixtes.

## I Suivi et évaluation

Evaluation diagnostique : positionnement en début de  
formation  
Évaluation en cours de formation sur des cas pratiques.  
QCM  
Attestation de fin de formation

## I Financement

Tarif de la formation : 735,00 € HT soit 882,00 € TTC

## I Satisfaction

Taux de satisfaction global : Non calculé

Délai d'accès de 16 à 30 jours selon le financement demandé.

Contactez le service formation continue pour obtenir un devis ou toute assistance technique lors de formation à distance.  
Informations complémentaires disponibles sur notre site Internet : [www.cfahconseil.com](http://www.cfahconseil.com)

H&C Conseil 6 Place de Regensburg 63000 CLERMONT-FERRAND  
Tel : 0473932592 - Siret 42924994900075

Déclaration d'activité enregistrée sous le n° : 83 63 03371 63 auprès de la Préfecture Auvergne-Rhône-Alpes

Délai d'accès de 16 à 30 jours selon le financement demandé.  
Contactez le service formation continue pour obtenir un devis ou toute assistance technique lors de formation à distance.  
Informations complémentaires disponibles sur notre site Internet : [www.cfahconseil.com](http://www.cfahconseil.com)

H&C Conseil 6 Place de Regensburg 63000 CLERMONT-FERRAND  
Tel : 0473932592 - Siret 42924994900075  
Déclaration d'activité enregistrée sous le n° : 83 63 03371 63 auprès de la Préfecture Auvergne-Rhône-Alpes

## I Contenu

### 1. Les implantations

Généralités.

Les différents types de restauration.

### 2. Organisation et production

Les différents types de production.

Les locaux et zonages.

Adéquation équipements/concept.

### 3. Le sous-vide

Qu'est-ce que le vide ?

Les effets du vide.

Sous vide et restauration.

Procédé d'extraction de l'eau dans les aliments – les moyens.

### 4. Applications pratiques

Fiches techniques de fabrication d'un produit sous vide (assiette du jardin, rosace de Saint-Jacques, truite farcie aux concombres, ...).

### 5. Les techniques évolutives

Cuissons.

La cuisson à juste température.

Refroidissement.

Cellules de refroidissement mécaniques.

Cellules de refroidissement cryogéniques.

Refroidissement par immersion.

Plan de travail à température contrôlée.

### 6. Cuissons vapeur et mixtes

Remise en température.

Vapeur.

Micro-ondes.

Bain-marie.

Mise en application des règles d'hygiène spécifiques au sous vide.

Délai d'accès de 16 à 30 jours selon le financement demandé.

Contactez le service formation continue pour obtenir un devis ou toute assistance technique lors de formation à distance.

Informations complémentaires disponibles sur notre site Internet : [www.cfahconseil.com](http://www.cfahconseil.com)

H&C Conseil 6 Place de Regensburg 63000 CLERMONT-FERRAND

Tel : 0473932592 - Siret 42924994900075

Déclaration d'activité enregistrée sous le n° : 83 63 03371 63 auprès de la Préfecture Auvergne-Rhône-Alpes