

Techniques de cuisson professionnelles - grillade, plancha & four

CODE RNCP : ((rncp))



OBJECTIF PÉDAGOGIQUE

PUBLIC

Demandeur d'emploi, Chef d'entreprise, Salarié, Professionnel des métiers de bouche, Porteur de projet

PRÉREQUIS

Avoir des bases rudimentaires en cuisine

DUREE

14 heures soit 2 jours

HORAIRES

9h-12h30 13h30- 17h

DATES ET LIEUX

Voir planning

INTERVENANT(S)

Larissa JUDE, cheffe et formatrice

TARIF

Nous consulter

LIMITE EFFECTIF

de 6 à 12 maximum

1. Maîtriser les cuissons (plancha, grill, four) et les garnitures chaudes/froides adaptées.
2. Réaliser des marinades et sauces créoles et internationales cohérentes pour viandes et poissons.
3. Structurer une production rentable et reproductible, adaptée à la vente sur place / à emporter et à une bonne conservation.

METHODE PEDAGOGIQUES

Cours en présentiel : Les apprenants assistent à des sessions en face à face avec les formateurs, favorisant les échanges directs et l'interaction.

Formation entièrement pratique dans une cuisine pédagogique entièrement équipée

Un livret de formation remis à chaque stagiaire

DISPOSITIF DE SUIVI DE L'EXÉCUTION DE L'ÉVALUATION DES RÉSULTATS DE LA FORMATION

Feuilles de présence et certificat de réalisation
 Questions écrites (QCM) en cours et en fin de formation
 Remise d'un certificat de réalisation à fin de formation
 Évaluation de la satisfaction en fin de formation
 Remise d'attestation individuelle en fin de formation



CONTENU DE LA FORMATION



Techniques de cuisson professionnelles - grillade, plancha & four

ORGANISATION PROFESSIONNELLE & PRODUCTION

- Organisation du poste de travail
- Anticipation des volumes et mise en place
- Production sur place et à emporter
- Gestion des cuissons en service
- Conservation et remise en température

PRODUITS : VIANDES & POISSONS

- Sélection des viandes (rouges / blanches) et poissons selon disponibilité
- Préparations en amont (découpe, portionnage, assaisonnements)
- Gestion des textures et du rendement

TECHNIQUES DE CUISSON

- Cuisson à la plancha
- Cuisson au grill
- Cuisson au four
- Maîtrise des textures : moelleux, nacré, croustillant
- Astuces pour une viande tendre et savoureuse

MARINADES : IDENTITÉ RÉUNIONNAISE & GOÛTS DU MONDE

- Marinades créoles (épices locales, agrumes, herbes)
- Marinades d'inspirations internationales (asiatiques, africaines, méditerranéennes, européennes...)
- Marinades courtes et longues : usages et objectifs
- Marinades adaptées à la conservation
- Équilibre des saveurs : acidité, gras, épices, sucre

GARNITURES CHAUDES & FROIDES

- Garnitures chaudes : légumes rôtis / grillés / plancha, féculents simples et gourmands
- Garnitures froides : salades composées, légumes marinés, accompagnements frais adaptés au climat réunionnais
- Organisation pour un service rapide et fluide

LÉGUMES GRATINÉS

- Choix des légumes locaux
- Bases de gratins simples et rentables
- Techniques de gratinage au four
- Gratins adaptés à la vente à emporter
- Associations cohérentes avec viandes et poissons

SAUCES & ACCOMPAGNEMENTS

- Sauces froides et sauces chaudes
- Sauces créoles revisitées
- Sauces d'inspiration internationale
- Sauces faciles à produire et à conserver
- Harmonisation sauces / marinades / garnitures

NOTIONS (THÉORIE) : INITIATION AU FUMAGE

- Principes du fumage à chaud et à froid
- Produits adaptés (poissons, volailles, légumes)
- Choix des bois et aromates
- Applications simples en restauration

VALORISATION & DÉVELOPPEMENT DE L'OFFRE

- Dressage et présentation
- Construction d'une carte courte et efficace
- Adaptation aux attentes du marché local et aux tendances
- Recettes durables, reproductibles et rentables

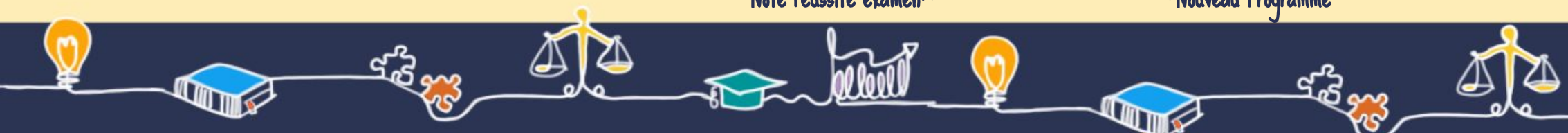
DELAI D'ACCÈS

De 15 jours à 2 mois en fonction du financement demandé.

QUALITE ET SATISFACTION CLIENT

Note qualité globale : *
Note atteinte des objectifs : *
Note réussite examen : *

Nombre de session : *
Nombre de participant : *
*Nouveau Programme



MODALITES :

✓ Formation intra-entreprise

Une session organisée pour les salariés d'une entreprise.

Lieu: soit dans les locaux de l'entreprise (salle conforme), soit dans une salle louée pour l'occasion.

Date: en fonction des disponibilités des salariés.

Le programme peut être **adapté** au contexte et modifié en fonction des attentes.

✓ Formation inter-entreprise

Le contenu, la date, le lieu et le prix de formation sont fixes (voir planning).

La salle de formation sera louée à un prestataire respectant les dispositions en matière d'accessibilité des personnes en situation de handicap

Un mode de formation qui facilite le partage d'expérience entre les stagiaires issus de plusieurs entreprises et secteurs d'activité.

ORGANISATION :

✓ En présentiel
✗ En distanciel

✓ En présentiel
✗ En distanciel

RYTHMES :

✓ En continu
✓ En discontinu

✓ En continu
✓ En discontinu

En cas de situation de handicap nécessitant des adaptations spécifiques, n'hésitez pas à contacter notre référente Elodie COTTE au 0692 988 445

MODALITES INSCRIPTION

Pour les modalités et les délais d'accès à cette formation,
Contactez nous :



0262 850 860



helloacademie@gmail.com



Du Lundi au Vendredi 8h- 17h

Voir les différents financements possibles sur le site: <https://helloacademie.re/financement/>