Travail et transitionS
Correspondance : 1 rue de l'Avenir - 31 800 Saint-Gaudens
N°OF : 119 109 027 91
Siège : 4 rue des Arpentis 91430 Vauhalan
0782887479
contact@travail-transitions.fr

Programme de formation

Date de génération : 12/03/2025

Techniques des Cuisines Nourricières Module 2 Cuisine Alternative

But de la formation

Comprendre et s'approprier les techniques de la « cuisine alternative » pour diversifier l'offre alimentaire en restauration sociale, en valorisant notamment les protéines végétales.

Compétences visées

1. Définir le cadre inclusif du Bien Manger et de la qualité des repas en restauration collective.
2. Utiliser les méthodes et techniques de cuisine alternative, pour la juste transformation des produits végétaux, dans le but d'augmenter la part de préparations maison à base de produits bruts, frais, locaux et labellisés.
3. Identifier les micro-changements à mettre en œuvre dans les systèmes de restauration.

Pré-requis

avoir un intérêt pour des pratiques de cuisine innovantes assurant une alimentation durable au service des territoires

Liste des référents

Référent administratif : contact@travail-transitions.fr

Référent pédagogique : Se référer au site web

Référent handicap : contact@travail-transitions.fr

Type de public

- Équipes et personnels des cuisines de collectivité.
- Accessible aux autres profils d'acteurs des systèmes de restauration sociale (élus, cadres, agents du service, personnels d'animation et d'éducation) appelés à partager une culture culinaire commune dans le cadre des transitions alimentaires.

Équipements nécessaires

Formation présentielle au sein de la collectivité ou de l'établissement accueillant.
Salle pour les séquences théoriques et le buffet
Cuisine professionnelle hors production pour l'atelier culinaire .

Documents remis en fin de formation

Certificat de réalisation

Travail et transitionS
Correspondance : 1 rue de l'Avenir - 31 800 Saint-Gaudens
N°OF : 119 109 027 91
Siège : 4 rue des Arpentis 91430 Vauhalan
0782887479
contact@travail-transitions.fr

Méthodes pédagogiques

- Séquences interactives d'émergence
- Apports théoriques et méthodologiques - "pédagogie du pourquoi"
- Échange et partage d'expériences et de pratiques
- Découvertes cognitives, sensorielles, techniques
- Activités en collectifs et en sous-groupes
- Apprentissage par l'action

Durée

10.5 heures (2 jours).

Programme

Repères pour la Cuisine alternative

- Décodage des croyances et représentations sur l'alimentation et les repas végétariens. Représentations communes du « Bien Manger » ou les 4 grands piliers de la qualité des repas.
- Approches des céréales, légumineuses, légumes, graines par l'imaginaire, l'histoire et les grands plats populaires des cuisines du monde.
- Repères nutritionnels simples pour la diversification des sources de protéines animales et végétales.
- La diversité au service de la qualité : les cuisines végétariennes pour un « mieux » de viande et des autres produits d'élevage et d'agriculture.

Atelier culinaire : découverte et mise en œuvre des techniques de Cuisine alternative par la préparation - hors production - d'un buffet de découverte

- Une pratique inscrite dans le cadre des Cuisines Nourricières : compréhension des techniques, efficacité, mesures, gestes utiles, recherche de simplicité et de valeur ajoutée.
- Pratique des modes opératoires de cuisson et de valorisation des céréales complètes, légumineuses, légumes, aromates.
- Déclinaison de formats de plats génériques, structurés, déclinables : entrées, sauces, salades, plats principaux mixtes ou végétariens, desserts.
- Principes de mise en œuvre progressive : les micro-changements. Les langages culinaires qui donnent du sens et de l'attractivité aux nouveaux produits et plats dans le cadre du projet de la collectivité.

Les enjeux d'une végétalisation de l'offre alimentaire

- Temps de rencontre des cuisiniers, acteurs de la collectivité et du territoire, usagers, autour d'un buffet pédagogique.
- Le projet alimentaire de référence comme clé de voute des évolutions pérennes.
- La mise en œuvre progressive et l'accompagnement adapté des différents profils de convives (crèches, écoles, collèges, lycées, Crous, adultes, ehpad) dans leur contexte

local.
- Les plans alimentaires et la déclinaison des plats et techniques expérimentées.

Accessible aux personnes en situation d'handicap : oui