

## CUISINE ET PÂTISSERIE DE SANTÉ INSTITUT MICHEL GUÉRARD ®

### LIEU(X) DE FORMATION

Campus de Paris  
(Métro 4 - Arrêt Saint Placide)

### ACCESSIBILITÉ

Le site de formation est accessible aux personnes à mobilité réduite

### RYTHME

5 jours – 35 heures (8 h 30 à 16 h 30)

### PRÉ-REQUIS

Avoir suivi une formation de cuisine professionnelle : les fondamentaux de la cuisine professionnelle du catalogue FERRANDI ou équivalent

### PUBLIC VISÉ

- Chef(fe) de cuisine/ commis(e) de cuisine en restauration traditionnelle et collective

### DÉLAIS D'ACCÈS

Session du 22 au 26 novembre 2021

### MODALITÉS D'ACCÈS

Renseigner et retourner un dossier de candidature complet.

### OBJECTIFS

- Réaliser des recettes légères et savoureuses, respectueuses de la santé
- Prendre conscience de l'impact de la cuisine sur la santé
- Élargir sa connaissance des produits de saison pour élaborer des menus de Santé tout au long de l'année

### CONTENU PÉDAGOGIQUE

Les fondamentaux de la diététique (3 heures pendant la formation Cuisine).

Ateliers théoriques animés par une diététicienne :

- L'équilibre alimentaire quantitatif et qualitatif,
- L'évaluation nutritionnelle de ses propres recettes.

Les bases de la Cuisine de Santé ® (4 jours) :

- Les assaisonnements (bouillons, vinaigrettes, sauces émulsionnées) et les liaisons,
- Le travail des viandes et des poissons,
- Les cuissons saines,
- Les méthodes de substitution.

Les bases de la Pâtisserie de Santé ® (1 jour) :

- L'usage des sucres,
- Le travail sur les textures,
- Les blancs montés, gélatine, base de bavaroises, crèmes anglaises.

Réalisation individuelle par chaque stagiaire de l'ensemble du programme (environ 40 recettes).

## MODALITÉS DE POSITIONNEMENT

- Entretien individuel de positionnement réalisé par téléphone au moment de la candidature

## MÉTHODES ET MOYENS MOBILISÉS

- Exposés et exercices d'application
- Démonstrations des gestes professionnels
- Formation-action
- Analyse critique des productions

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Evaluation formative des productions réalisées en cours et en fin de formation
- Questionnaire de satisfaction en fin de stage
- Attestation de participation FERRANDI Paris délivrée à la fin du stage

## LES RÉSULTATS OBTENUS

92,7%

Taux de satisfaction global des stagiaires sortants en 2020

## TARIFS ET FRAIS

2940 euros

### CONTACT

Florence Estager-Laurent

Chargée de clientèle

01 49 54 17 52

[florence.estager-laurent@ferrandi-paris.fr](mailto:florence.estager-laurent@ferrandi-paris.fr)

*Les informations sur cette fiche sont données à titre indicatif.*

Date de mise à jour : 08/06/2021

PARIS

FERRANDI Paris  
28 rue de l'Abbé Grégoire  
75006 Paris