



## Les bases de la cuisine de terroir

Formation n° 20 AU-CUI-ACT  
Mise à jour le 22 juillet 2020



### Objectifs de formation

- Appliquer des techniques de base et les connaissances inhérentes à la cuisine de terroirs et à la valorisation des produits en circuit court
- Confectionner des plats de qualité, harmonieux et équilibrés à partir de produits du terroir, de produits frais et de saison
- S'organiser en cuisine pour optimiser son travail, gérer ses stocks et ses coûts de revient

### Objectifs pédagogiques

Appliquer les techniques culinaires de base et appliquer les normes sanitaires  
Mettre en œuvre de façon harmonieuse et équilibrée des recettes, des menus, des plats valorisant les produits du terroir  
Concevoir des fiches techniques de plats réalisés à partir des produits de terroir et calculer leurs prix de revient  
Organiser son espace de cuisine, utiliser le matériel adéquat et gérer ses stocks



### Informations générales

Du 26 octobre 2020 au 11 décembre 2020  
Nombre de sessions par an : 1 à 2

Durée : 240 heures, soit 35 heures/semaine.

### Les + de l'AFRAT

Une mise en valeur des produits des terroirs, de saison et produits frais

Un parcours de formation court pour acquérir les 1ers gestes professionnels

Un accompagnement dans un parcours personnalisé

Une équipe de formateurs constituée de professionnels en activité pour des mises en pratiques concrètes

### Profil stagiaire, prérequis et conditions de réussite

Personnes majeures, ayant au minimum un parcours scolaire niveau V et justifiant d'une première expérience en restauration.



## Contenu de la formation



Responsable de formation Sophie Minotto

Savoir-faire culinaire Techniques de base en cuisine	Techniques culinaires de base Méthodes de réparation Modes de cuisson Modes de liaison Vocabulaire et matériel spécifiques	136h*
Les indispensables en cuisine	Diététique, équilibre alimentaire et régimes spécifiques Technologie culinaire (microbiologie, réactions physiques et chimiques des aliments)	48h*
Les BaBa de l'organisation et de la gestion en cuisine	Fiches techniques (fiches recettes), mercuriale et prix de revient Économat et stock Organiser sa cuisine, son matériel et son travail en cuisine	48h*
Les bases du service et de la valorisation des préparations culinaires	Dressage des assiettes Envoi des plats Techniques de service	8h*
Modules Annexes	<i>Pour compléter ce bloc, des modules réglementaires (HACCP et Permis d'exploiter) sont proposés à l'issue de ce parcours de formation</i>	

\*Les durées sont indiquées à titre indicatives et peuvent être très légèrement amenées à évoluer en fonction du planning de formation

### Modalités d'évaluation

Évaluation finale pour valider le bloc de compétence Bases de la Cuisine de Terroir du titre Cuisinier de Terroir.

### Modalités de contact et d'entrée dans la formation

10 places / session

Modalités de financement : en attente de confirmation des financements mobilisables pour les demandeurs d'emploi  
Formation éligible CPF : Code 127416 – Certification Cuisinier de Terroir

**Dossier de candidature** et lettre de motivation suivie d'une information collective avec le responsable de formation.  
La validation de la candidature est liée au nombre de places dans la formation et soumise à vos financements.



L'AFRAT est engagée dans des démarches Qualité, certifiée par l'AFNOR « NF Service »  
Formation continue hors alternance et H+ pour l'accueil des personnes en situation de handicap

AFRAT - 314 chemin du Manoir  
38880 Autrans-Méaudre en Vercors

✉ [afrat@afrat.com](mailto:afrat@afrat.com) ☎ 04.76.95.35.08

[www.afrat.com](http://www.afrat.com)

Association, Siret 77947830400016