

CQP Commis de Cuisine

Les métiers de l'Hôtellerie Restauration

Objectifs : Acquérir les compétences nécessaires au métier de commis de cuisine

Public : Jeunes de 16 à 25 ans – Adultes, en contrat ou période de professionnalisation

Durée : Formation en alternance de 155 à 400 h, sur 6 à 18 mois selon les expériences du candidat

Validation :

Le CQP est une certification inscrite au RNCP (Répertoire National des Certifications Professionnelles)



Programme

Module 1 – Hygiène et Sécurité

- Appliquer les règles d'hygiène et de sécurité relatives aux aliments et aux personnes conformes à la réglementation en vigueur (compte tenu de son importance fondamentale, cette compétence devra être évaluée systématiquement sur l'ensemble des modules)

Module 2 – Préparations préliminaires

- Peser et mesurer
- Laver et éplucher les légumes
- Travailler les fruits, agrumes et légumes
- Travailler les condiments
- Utiliser une mandoline, un robot, trancher
- Clarifier des œufs
- Chemiser un moule
- Ouvrir et nettoyer des coquillages
- Travailler la viande, la volaille, les poissons
- Passer au chinois, passer à l'étamine
- Refroidir règlementairement une préparation
- Utiliser des produits semi élaborés

Module 3 – Cuissons

- Cuire dans un liquide
- Cuire des œufs (différentes cuissons)
- Les différents types de cuisson des viandes, abats ou volailles
- Cuire des légumes
- Cuire des pâtes ou du riz
- Frire des aliments
- Griller, braiser, poêler, sauter : poissons plats et ronds
- Cuire à la vapeur des poissons et viandes
- Cuire avec une sonde
- Gouter les préparations (analyser, rectifier)

Module 4 – Fonds et sauces

- Réaliser des beurres composés crus
- Réaliser des purées de légumes
- Réaliser des sauces
- Réaliser des marinades
- Lier des sauces
- Réaliser une sauce au vin rouge
- Réaliser un fumet de poisson
- Réaliser des fonds et des veloutés
- Utiliser des produits semi-élaborés
- Gouter les préparations (analyser, rectifier)

Module 5 – Pâtisserie

- Beurrer des moules cirer des plaques
- Utiliser la poche à douille
- Tamiser et fleurir
- Préparer des appareils à flans sucrés et salés
- Chemiser un cercle à entremet
- Réaliser des pâtes
- Réaliser les crèmes (anglaise, pâtissière, fouettée, chantilly)
- Pocher des fruits
- Monter et incorporer des blancs en neige
- Cuire à blanc des fonds de tartes
- Utiliser un nappage
- Cuire au caramel
- Utiliser des produits semi-élaborés
- Gouter les préparations (analyser et rectifier)

Module 6 – Approvisionnement stockage

- Réceptionner et vérifier les denrées livrées
- Ranger les denrées par ordre d'arrivée et à l'endroit approprié
- Effectuer un inventaire simple
- Effectuer des contrôles sur le stockage
- Déconditionner et conserver les étiquettes en vue de la traçabilité

Module 7 – Organisation

- Respecter les fiches techniques
- Ordonner son travail en fonction des temps de cuisson et de préparation
- Déterminer les besoins en matériel et leur bonne utilisation
- Organiser son poste de travail
- S'adapter aux situations imprévues
- Travailler en équipe
- Respecter les produits et les souhaits clients

Module 8 – Distribution

- Préparer le matériel de service
- Dresser et envoyer les plats selon les instructions reçues
- Répondre aux annonces et commandes
- Adapter le contenant au contenu

Module 9 – Remise en état du poste de travail et des locaux

- Nettoyer et ranger le poste de travail
- Participer au rangement et au nettoyage des locaux et du matériel