

# CUISSON SOUS VIDE ET BASSES TEMPÉRATURES

## Objectifs

- Connaître les avantages et les inconvénients de la cuisson sous vide
- Connaître les techniques de conditionnement et de cuisson sous vide afin d'augmenter la durée de conservation tout en préservant la qualité gustative des produits
- Connaître les techniques de cuisson à basse température
- Connaître les risques sanitaires et la réglementation spécifique liés à la cuisson sous vide
- Apprendre la cuisson sous vide basse température des matières premières avant transformation
- Etudier les procédés de cuisson et la remise en température

## Contenu pédagogique

### Connaissance des techniques de préparation, de conditionnement et de cuisson sous vide

- L'histoire du sous vide
- Le processus et les étapes
- Présentation du matériel
- Analyse des avantages du sous vide

### Connaissance de la cuisson basse température

- Les principes de la technique de la cuisson à basse température
- Les températures de cuisson à cœur de produits
- Comparaison entre les méthodes traditionnelles et la cuisson basse température
- L'utilisation des différents outils et matériels de cuisson basse température
- Analyse des avantages de la cuisson basse température

### Présentation des risques sanitaires et de la réglementation

### Réalisation de cuissons sous vide basses températures de pièces brutes

- Productions individuelles ou en groupe en fonction du public, du moment et/ou du souhait du client
- Chaque stagiaire réalise des cuissons sous vide à basse température (poissons, viandes, légumes)
- Ce temps de réalisation est entrecoupé de moments forts au cours desquels le formateur mettra l'accent sur un savoir-faire, une technique spécifique ou une astuce

### Dégustation et analyse des productions

- Analyse des apports qualitatifs
- Analyse gustative
- Analyse de la durée de conservation des produits cuits sous vide
- Analyse de la qualité organoleptique des produits
- Analyse économique

## PUBLIC



Personnel de cuisine

## PRÉREQUIS



Aucun prérequis

Modalité de la formation : Présentiel

Durée de la formation : 3 jours  
8h30 – 12h30 / 13h30 – 17h30  
Ce programme est adaptable sur 2 jours

Nombre de participants :  
Maximum 8 personnes

Tarif sur devis