



# Les légumes

## ■ Durée

3 jours (18 heures)

## ■ Public

Cuisinier.ère, responsable d'unité ou de service en cuisine centrale

## ■ Pré-requis

- Comprendre une consigne (orale – écrite)
- Maîtriser les 4 opérations
- Avoir déjà travaillé en cuisine

## ■ Validation

Attestation formation

## ■ Lieu

Poitiers

## ■ Date

Nous contacter

## ■ Tarif

Demander un devis

## Objectifs

- Connaître les légumes, leur saisonnalité, découvrir des légumes oubliés, exotiques, légumineuses et légumes secs
- Intégrer la production en respectant les règles d'hygiène, l'équilibre nutritionnel et les apports gustatifs
- Aborder les différentes techniques de cuisson adaptées à la production de masse
- Élaborer des fiches techniques
- Mettre en valeur sa production
- Développer sa créativité pour innover

## Contenu

- Rappel des textes réglementaires
- Composition et rôle des légumes dans l'organisme
- Groupe des céréales et dérivés ; les féculents
- Règles générales d'organisation du travail
- Opérations préliminaires
- Calendrier des légumes
- Différents épluchages en fonction des légumes
- Différents taillages des légumes
- Utiliser une mandoline et/ou un robot
- Préparer des produits surgelés
- Classification et mise en oeuvre des différentes cuissons
- Légumes au fil d'un repas
- Dresser et mettre en valeur des préparations culinaires
- Test organoleptique et dégustation
- Bio nettoyage et rangement du plateau technique

Pour toute information complémentaire :

**05 49 88 22 66**

[commercial.greta.agence-poitiers@ac-poitiers.fr](mailto:commercial.greta.agence-poitiers@ac-poitiers.fr)

[www.greta-poitou-charentes.fr](http://www.greta-poitou-charentes.fr)