Techniques de Cuisson Basse Température, Sous Vide, Vapeur et Mixtes

CUISINE

DUREE	TARIF	FORMAT	SESSION
21 heures (3 jours)	777 € net de taxes	Présentiel	Inter

Gagnez en précision et révélez tout le potentiel de vos produits

PUBLIC VISE

Salariés des entreprises de la branche Hôtels-Cafés-Restaurants souhaitant perfectionner leurs compétences sur les cuissons modernes et maîtriser la précision des températures et toute personne souhaitant développer ses compétences dans ce domaine

PREREQUIS

Avoir des connaissances de base en cuisine professionnelle.
Maîtriser les cuissons traditionnelles et les principes d'hygiène alimentaire
Positionnement en amont de la formation

OBJECTIFS PROFESSIONNELS

- Réaliser des cuissons en basse température (viandes, poisson, fruits, légumes et féculents)
- Réaliser et maîtriser les techniques de cuisson sous vide à juste température
- Réaliser des cuissons vapeur et mixtes

PROGRAMME

Module 1 : Maîtriser la cuisson basse température : principes et techniques d'application (7h)
- théorie et principes de la cuisson basse température
- mise en pratique : viandes et volailles
- mise en pratique : poissons, légumes et féculents

Module 2 : Maîtriser la cuisson sous vide : principes, techniques et analyse sensorielle (7h)
- théorie et principes de la cuisson sous vide
- mise en oeuvre des techniques sous vide
- dégustation et analyse sensorielle

Module 3 : Maîtriser les cuissons vapeur et mixtes : techniques et application en cuisine (7h)
- cuissons vapeur : principes et applications
- cuissons mixtes : rôtir, braiser, pocher
- Synthèse et application complète

MODALITES D'ACCES

Deux modalités d'accès ont possibles :
- dans le cadre d'un financement AKTO :

formation accessible aux entreprises de la branche HCR adhérentes à AKTO, sous réserve de validation du dossier de prise en charge. L'inscription sur la plateforme Espace Formation devient définitive après accord d'AKTO
- au titre individuel ou via un autre financement :

inscription sur demande auprès de notre organisme avec complétude d'un dossier d'inscription
confirmation de l'inscription et envoi d'une convocation
Délais d'accès variables selon les sessions et les modalités de financement (en moyenne 2 à 6 semaines)

RESULTATS ATTENDUS

A l'issue de la formation, les participants maîtrisent les cuissons basse température, sous vide, vapeur et mixtes en toute sécurité alimentaire

VALEUR AJOUTEE

Formation concrète avec mise en pratique immédiate en atelier
Acquisition de techniques directement applicables en milieu professionnel
Encadrement par un professionnel du métier
Echanges entre pairs favorisant le partage de savoir-faire

LIEU DE FORMATION

Centre de formation Baudimont, Arras (ou en intra-entreprise selon les modalités convenues et exigées avec l'entreprise)

MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES

Méthode :

- Pédagogie active alternant théorie, démonstrations et pratique en atelier
- Réalisation concrète des techniques professionnelles
- Échanges entre pairs et avec le formateur
- Analyse des productions (dégustation et retours)

Moyens :

- Plateau technique : Cuisine pédagogique
- Salle de formation équipée d'un vidéoprojecteur

Outils et supports utilisés :

- Documents projetés, fiches techniques, vidéos

Documentation remise aux stagiaires

- Livret d'accueil
- Guide pédagogique,
- Livret de fiches techniques et recettes
- Tableau des températures

Le participant devra prévoir une tenue professionnelle adaptée aux travaux pratiques :
Veste de cuisine, pantalon professionnel, tablier, chaussures de sécurité antidérapantes

MODALITES D' EVALUATION

- Observation continue des gestes et méthodes de travail
- Réalisation de préparations sous vide, vapeur et mixtes
- Evaluation pratique finale et débriefing individuel

Délivrance d'une attestation de formation
Formation non certifiante
Questionnaire de satisfaction en fin de formation

ACCESSIBILITE HANDICAP

- Accueil et l'accès des publics en situation de handicap.
- Locaux : règlementation ERP - locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite.
- Adaptation pédagogique possible selon la situation du stagiaire.
- Référent handicap : Handicap.CFP@baudimont.com
- Point Ecoute Accompagnement : peacfp@baudimont.com

TARIFS - FINANCEMENTS

En inter : 777€ TTC soit 37€ de l'heure par participant

En intra : 3300€ TTC par session

Financements possibles:

- financement OPCO **AKTO selon critères de prise en charge à consulter sur akto.fr**
- financement individuel
- autre financement

NOMBRE DE PARTICIPANTS

En INTER : Minimum 4 - Maximum 12
En INTRA : Minimum 2 - Maximum 12

PROCHAINES SESSIONS

du **au**

RÉSULTATS DE LA FORMATION*

TAUX DE SATISFACTION	TAUX DE VALIDATION DES ACQUIS
Première session à venir*	

**Moyenne des indicateurs des sessions réalisées en 2026.*
***Cette formation n'ayant pas encore été dispensée, les indicateurs de satisfaction et de validation des acquis seront publiés à l'issue de la première session réalisée.*

MEMBRE DU RÉSEAU AREP HAUTS-DE-FRANCE

ORGANISME DE FORMATION
sélectionné par
AKTO
L'humain au cœur des services

S'inscrire - Nous contacter

CFP Baudimont -Centre de formation Professionnelle
17 rue Saint Maurice- CS 40573- 62008 Arras Cedex
03 21 16 18 00 I formation-continue@baudimont.com
www.ensemble-baudimont.com

MAJ 16/07/2026