

SARL FORGET – C FORGET FORMATION

Les Techniques du Sous Vide : Stratégies d'Organisation pour Gagner en Rentabilité dans le Respect des Normes d'Hygiène

Public Cible et Prérequis

Les participants doivent avoir une formation de base en cuisine et connaître les principaux produits utilisés dans le module

- Cuisiniers
- Chefs de cuisine

Objectifs

Maîtriser les techniques du sous-vide et de la cuisson basse température.

Intégrer dans la pratique le respect des bonnes pratiques d'hygiène alimentaire.

Acquérir une méthodologie et chronologie de travail pour une utilisation au quotidien.

Modalités et délais d'accès

Inscription sous 72 h

Délai d'accès à définir au cas par cas

Pour les dates de sessions, nous contacter par mail : bistrotcforget@orange.fr

Les techniques du sous vide

Modalité de la formation : Présentiel

Durée et tarif : 2 jours x 7 heures

Tarif en euros : Tarif en euros : Tarif individuel 1080 € / Groupe sur devis

Nombre de personnes : Minimum 1 personne Maximum 6 personnes

Informations pratiques

Les formations sont organisées le lundi et le mardi au centre de formation ou directement chez le client en fonction du nombre de participant

Lieu : 53 avenue de Paris - 19100 Brive La Gaillarde

Restaurant Bistrot C Forget à disposition pour les formations pour plus de réalisme pour les apprenants

Formation dans l'entreprise du client possible également avec sa propre cuisine et salle de restaurant

Accessibilité

Etablissement accessible aux personnes handicapées (CF registre d'accessibilité)

Pour tout renseignements demandez à contacter le référent handicap.

Formateur

Christophe Forget

Le programme

Jour 1 ; 9h – 12h30

- Contrôle des connaissances
- Rappel théorique du S/V, études des bases technologiques et hygiène
- Action de la chaleur sur les aliments, étude du pompage, imprégnation, temps de garde et pasteurisation
- Utilisation de la chaîne S/V, mise en place/soudure/lecture tableau/utilisation des nouveaux fours/placer la sonde.
- Démo phénomène physique/Fonctionnement auto/manuel/entretien/Réinjection de gaz
- Comparaison entre S/V et B T° sur une même recette.
- Fiche technique : Étude de la fiche technique S/V et B T°, chaque groupe devra créer les fiches.

Matinée/techniques

- ✓ Marinade/salaison
- ✓ Cuisson directe mise en place
- ✓ Cuisson au thermomètre + flash / Pasteurisation/ Refroidissement / bain marie glacer
- ✓ Cuisson basse T°

Jour 1 ; 13h30 – 17h

Après-midi/techniques

- ✓ Les liquides, partiel à chaud
- ✓ Production différée/flash pasteurisation
- ✓ Protocole de remise en Température

Cuisson/Pasteurisation de nuit (8 à 16h) destinées à la production et PASTEURISATION du trop de production ou mise en place

SARL FORGET – SIRET – 479 945 446 000 17 - N° de déclaration d'activité : 75190130719 - 53 AVENUE DE PARIS – 19100
BRIVE LA GAILLARDE

Tél : 05 55 74 32 47 – Fax : 05 55 74 00 15
cforgetformation@gmail.com – Maj 15/06/2025

TECHNIQUES CULINAIRES plats cuisinés : Cuisson / pasteurisation à 80° Sous vide

- ✓ Autre contenant que poches
- ✓ Conservation S/V/pot confiture
- ✓ Aliments aérés (mousseline, chair hachée.)
- ✓ Cuisson différée

PASTEURISATION PLATS CUISINES OU MISE EN PLACE

- ✓ Tech. Différents légumes
- ✓ Tech. Fruits
- ✓ Desserts

Jour 2 ; 9h – 13h / 14h – 17h

Deuxième journée :

- ✓ Matinée/techniques S/V Basse T°
- ✓ Dégustation des produits froids
- ✓ Différentes techniques de remise en T°
- ✓ Bain-marie thermostaté, four mixte, etc.
- ✓ Proposition de pasteurisation du surplus
- ✓ Dégustation dessert
- ✓ Recherche matérielle sur Internet/entretien
- ✓ Révision des recettes, classement, confirmation des techniques
- ✓ Dégustation des produits
- ✓ Analyse sensorielle et critiques pour amélioration
- ✓ Les protocoles d'hygiène
- ✓ Bilan du stage

Modalité d'évaluation des connaissances

Évaluation des connaissances individuelles pendant la formation sous forme d'un questionnaire et de mise en situation et à l'issue de la formation questionnaire de fin de formation.

Modalité d'évaluation et d'appréciation de la formation par le stagiaire

Fiche d'évaluation de la formation remise aux stagiaires en fin de formation.

Validation

En fin de formation, une attestation sera remise aux bénéficiaires précisant la nature, les acquis et la durée de la formation.

Méthodes pédagogiques

- ✓ Le rôle du formateur : il transmet des bases théoriques, réalise les démonstrations, supervise les exercices pratiques, évalue les acquis.
- ✓ Les matériels utilisés : plateau technique fixe avec cuiseur vapeur, ou thermoplongeur, cellule de refroidissement, machine sous vide, fiches techniques. Les documents remis aux participants un support pédagogique et technique : livret stagiaire.
- ✓ Les participants réaliseront les manipulations des différentes machines sous la supervision du formateur.