Les protéines végétales en restauration collective

Une formation Restau'C

LES OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre les enjeux autour de la protéine végétale
- Connaitre les nouveaux ingrédients et les substitutions possibles aux produits issus des animaux
- Travailler les sauces et les assaisonnements
- Travailler des recettes en situation réelle de production et de service

UNE DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

L'action se déroule sur 2 journées consécutives *(en cuisine pédagogique ou sur site)* :

Partie théorique

- Déroulé sur PowerPoint
- Echanges avec les stagiaires sur leurs connaissances et expériences
- Préparation éventuelle d'une petite mise en place pour le lendemain

Partie pratique

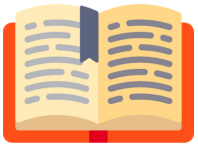
- Production et dressage d'entrées et desserts
- Production et mise en étuve de plats chauds
- Réalisation du service avec les équipes
- Débriefing sur la formation
- Echanges en question/réponse autour des productions

PROGRAMME DE LA FORMATION

Apports théoriques :

- Accueil / Introduction

  Tour de table *(présentation, attentes)*
  Présentation des objectifs et du déroulé de la formation
  Définition / Pourquoi la protéine végétale ?
  Quelques données chiffrées
  Identification des différents régimes



- Les nouveaux ingrédients

  Présentation des produits *(les apports, comment les travailler, les portions) :*

  - Protéines de soja texturées
  - Tempeh
  - Tofu
  - Céréales et légumineuses
  - Seitan

  Présentation des produits de substitution :

  - Tofu Soyeux
  - Noix de Cajou
  - Lait végétal
  - Texturants : agar agar xanthane

- Les aromatisations

  Rappel sur les saveurs - comment les obtenir
  Les apports de saveurs plus corsées
  Identification de sauce végétale

- Production d'une mise en place

  Réalisation d'une mayonnaise
  Réalisation d'un bouillon de légumes corsé
  Réalisation d'un seitan
  Trempage de noix de cajou
  Réalisation d'un ou 2 granola(s)

- Présentation des recttes qui seront réalisées en pratique culinaire

PROGRAMME DE LA FORMATION

Apports pratiques :

- Production

  Préparation des recettes en fonction du nombre de convives à servir

- Entrées

  - Caesar végan
  - Falafel
  - Granola salé
  - Tarte à l'oignon

- Plats

  - Butter soja
  - Seitan steak
  - Blanquette végan
  - Bolognaise végan
  - Chili sin carne

- Desserts

  - Granola & fromage blanc
  - Far breton
  - Crème de cajou
  - Pana cotta Amande
  - Gâteau au chocolat aux lentilles

- Distribution

  Présents : le Chef de cuisine, le formateur et le personnel présents sur la distribution

  Mise en valeur des produits sur le self (plats de présentation)

  Présentation et service aux convives

- Débriefing en salle

  Débriefing de la journée et de la formation

Cécile Birard
c.birard@restauco.fr / 06.13.94.89.96

RÉSEAU Restau'co FORMATION & MÉTIERS