

Formation certifiante

FCIL Formation Complémentaire d'Initiative Locale

CUISINE BIEN-ÊTRE ET DURABLE



Durée de la formation :

1 an
sous statut scolaire

Rythme de la formation:

Lycée : : temps plein école
12 semaines (2x6 semaines) de stage rémunéré en milieu professionnel

10 mois : de septembre à juin



Pré-requis

Après un diplôme de cuisine :
CAP, BAC PRO, BAC TECHNO
BP, BTS

Formation accessible aux personnes
en situation de handicap (PSH).
Accompagnement de notre référent
handicap lors de l'inscription.



**Profil et qualités
indispensables**

Almer le beau, le bon et
l'équilibre alimentaire des
produits sains et de saison

Avoir une sensibilité écologique

Volonté de promouvoir des
pratiques durables dans la
cuisine

OBJECTIF PRINCIPAL

**Devenir un spécialiste de la cuisine bien-être
et un professionnel plus responsable de son environnement**

LE MÉTIER

Le titulaire de la FCIL CBED est capable de confectionner des plats à la fois équilibrés, appétissants et savoureux. Il maîtrise les techniques culinaires traditionnelles et plus récentes, sait cuisiner avec peu de matière grasse ou sucrées. Il est également en mesure d'élaborer de nouvelles recettes avec la prise en compte de la dimension environnementale.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Apprendre à concevoir une cuisine équilibrée au plan nutritionnel, esthétique, gustatif et durable. Pendant un an, l'élève va acquérir et développer les connaissances et compétences suivantes :

- Connaître des produits nouveaux, anciens et régionaux en favorisant les circuits courts.
- Maîtriser des techniques culinaires innovantes.
- Organiser, produire, contrôler, en mettant en œuvre des préparations spécifiques, en réalisant tous les mets, préparations, fonds, sauces, desserts et pâtisseries adaptés à la cuisine bien-être et durable.
- Assurer les cuissons spécifiques à la cuisine bien-être et durable et contrôler ses réalisations pendant la production et avant l'envoi.
- Maîtriser le choix des fournisseurs; des fluides et des techniques avec la moindre empreinte carbone possible.
- Appliquer l'art du dressage des mets (formes, couleurs, volumes).
- Contrôler la qualité des matières premières et des productions.
- Créer des recettes novatrices
- Transformer des recettes classiques en recettes allégées
- Respecter les règles d'hygiène et de santé et sécurité au travail, ainsi que les préconisations liées au développement durable.
- Communiquer en interne et avec les clients sur le choix des produits et en valorisant la cuisine bien-être et durable.



Le + de Belliard

Un Bureau des Stages dédié à l'accompagnement et au placement des élèves en entreprise en fonction du profil de chaque jeune.



Evaluation :

Matières générales : sciences appliquées, technologie de cuisine, arts appliqués, anglais

Matières professionnelles : oui

Délivrance d'une attestation de compétences acquises.



Inscriptions :

- Envoyer un dossier de candidature à ddfhr.belliard@gmail.com
- Entretien de positionnement
- Confirmer avec un dossier d'inscription

Je m'inscris !



FORMATION

Formation courte d'un an sous statut scolaire.

Au lycée, l'élève est à temps plein à l'école et effectue 12 semaines de stage professionnel rémunérées dans des établissements offrant des prestations de type cuisine allégée, végétarienne, végan, sans gluten ou gastronomie durable.

CONTENU

ENSEIGNEMENT PROFESSIONNEL ET GÉNÉRAL

Travaux Pratiques et technologie de cuisine allégée et durable - Arts appliqués
Sciences appliquées
Connaissance de l'Entreprise dans son Environnement Economique et Juridique
Prévention Santé Environnement - Français - Anglais

EXAMEN FINAL

Evaluations tout au long de l'année des compétences du référentiel professionnel.

Documents pouvant être remis en fin de formation : attestation de compétences acquises.

DÉBOUCHÉS

- Le ou la titulaire de cette attestation de compétences peut travailler en tant que cuisinier dans des palaces, des centres de thalassothérapie, des stations thermales, des centres de remise en forme - balnéothérapie - spa, de vacances ou dans des restaurants "Etoile Verte" Michelin (400 restaurants en 2024) ou tout autre label "Gastronomie Durable".
- Poursuite d'étude possible en Mention Complémentaire Cuisinier en Desserts de Restaurants (1 an).