



ÉCOLE MAÎTRE CRÊPIER & CUISINIER

Formation « SALADERIE & POKE BOWL

Madame, Monsieur,

Nous avons le plaisir de vous adresser, en annexe, un dossier relatif à la formation pratique « **SALADERIE & POKE BOWL** » que vous envisagez de suivre dans notre Etablissement.

Des aides spécifiques au financement de cette action de formation peuvent vous être consenties, sous certaines conditions, soit par votre Fonds d'Assurance Formation (salariés et employeurs), soit par votre Pôle-Emploi.

Pour plus de renseignements rapprochez-vous de nos conseillères formation

Sophie HAMON - Florence NIRENNOLD

Téléphone : 02.99.34.86.76 – e-mail : info@ecole-maitre-crepier.com

Site internet : www.ecole-maitre-crepier.fr

EMC² - ECOLE MAITRE CREPIER ET CUISINIER

Crêperie – Pizzeria – Restauration rapide

8 rue Jules Maillard de la Gourmerie CS63919 35039 RENNES CEDEX

Tél. : 02.99.34.86.76 – Fax : 02.99.34.53.36 – Site web : www.ecole-maitre-crepier.fr – e-mail : info@ecole-maitre-crepier.com

N° de TVA Intracommunautaire FR 07432266401 R.C.S. RENNES B 432 266 401 CODE APE – NAF 8532Z – S.A. au Capital de 40 000 €



ÉCOLE MAÎTRE CRÊPIER & CUISINIER

Intitulé	Formation SALADERIE & POKE BOWL
Objectifs	Savoir créer des alliances aromatiques, des sauces associées ainsi que des présentations élaborées autour du sarrasin. Diversifier sa carte et son offre saladerie en réalisant des "poke-bowl" tendances et des préparations "soba".
Durée de la formation	21 heures -3 jours – formation de groupe
Horaires	Jour 1 : 9h00-13h00 & 14h00-17h00 Jour 2 et jour 3 : 8h30-12h30 & 13h30-16h30 <i>Déjeuner pris en commun sans tarification supplémentaire</i>
Prérequis	Pas de prérequis, formation professionnalisante
Public	Chefs d'entreprise et salariés des métiers de bouche, personnes en reconversion professionnelle, demandeurs d'emploi ...
Nombre de stagiaire	6 (mini : 2 – maxi : 8)
Méthode pédagogique	Travaux en face à face pédagogique constant Travail en individuel pour l'observation et les préconisations Observation et échange avec les participants Remise d'un dossier pédagogique
Encadrement	1 formateur chef de cuisine spécialisé en restauration-crêperie
Modalité d'évaluation	Fiche d'évaluation des acquis en fin de formation
Validation de la formation	Attestation de formation
Tarif	1002,54 € TTC – TVA 20% : 167,09 € - 835,45 € HT
Hébergement	Liste sur demande
Lieu de la formation	8 rue Jules Maillard de la Gournerie - 35039 RENNES CEDEX
Dates de formation	Du lundi 15 au vendredi 17 septembre 2021 Du mercredi 17 au vendredi 19 novembre 2021

EMC² - ÉCOLE MAÎTRE CRÊPIER ET CUISINIER

Crêperie – Pizzeria – Restauration rapide

8 rue Jules Maillard de la Gournerie CS63919 35039 RENNES CEDEX

Tél. : 02.99.34.86.76 – Fax : 02.99.34.53.36 – Site web : www.ecole-maitre-crepier.fr – e-mail : info@ecole-maitre-crepier.com

N° de TVA Intracommunautaire FR 07432266401 R.C.S. RENNES B 432 266 401 CODE APE – NAF 8532Z –S.A. au Capital de 40 000 €



ÉCOLE MAÎTRE CRÊPIER & CUISINIER

PROGRAMME DETAILLE – Formation SALADERIE & POKE BOWL - 21 h 00 – 3 jours

Jour 1 : 9 h 00 – 13 h 00 & 14 h 00-17 h 00- Jours 2 et 3 : 8 h 30 – 12 h 30 & 13 h 30 – 16 h 30

LES DIFFERENTES FAMILLES DE SALADES

- Le principe du poke-bowl, le concept
- Le Sarrasin, les Soba et autres préparations de blé noir dans l'univers de la saladerie
- Les Crudités, les Cuidités, les mixtes.
- Les bases de légumineuses
- Les bases de féculents
- Les bases de multi-graines
- Les bases de chaud et de froid
- Les sucrées

CONFECTION DE SALADES SIMPLES OU COMPOSEES

- Les salades vertes, les contenants
- Les « nature » healthy, vegan
- Les légumes frais et de saison
- Les mixtes légumes et fruits
- Les diverses salades de riz
- Les accompagnements
- * Les produits de la mer
- * Les viandes
- * Les pâtes, soba et autres
- * Les salades de saison
- * le fromage en accompagnement
- * Les salades aux fruits

LES SAUCES D'ACCOMPAGNEMENT :

- Sauce d'agrumes au miel d'acacia, sirop d'érable
- Sauce aigre douce froide de base type Asie
- Sauce au fromage blanc, aneth, pour sauriserie
- Sauce au yoghourt, sauces dites à la Grecque
- Sauce rémoulade, pickles de légumes
- Sauce mayonnaise classique et dérivés
- Sauce vinaigrette classique et dérivés
- Sauce citronnée, herbes

EMC² - ECOLE MAITRE CREPIER ET CUISINIER

Crêperie – Pizzeria – Restauration rapide

8 rue Jules Maillard de la Gourmerie CS63919 35039 RENNES CEDEX

Tél. : 02.99.34.86.76 – Fax : 02.99.34.53.36 – Site web : www.ecole-maitre-crepier.fr – e-mail : info@ecole-maitre-crepier.com

N° de TVA Intracommunautaire FR 07432266401 R.C.S. RENNES B 432 266 401 CODE APE – NAF 8532Z –S.A. au Capital de 40 000 €



ÉCOLE MAÎTRE CRÊPIER & CUISINIER

1^{er} jour : 9 h 00 – 13 h 00 & 14 h 00 – 17 h 00

- Découverte du sarrasin en salade, taboulé associé aux produits locaux
- Salades végétales
- Salades sauvages, légumes de saison tendance
- Salades de fruits frais, associés à des parfums et graines

2^{ème} jour : 8 h 30 – 12 h 30 & 13 h 30 – 16 h 30

- Salades végétales
- Salades de pâtes et découverte du soba, sarrasin à travers le monde des pâtes
- Accompagnements chauds.

3^{ème} jour : 8 h 30 – 12 h 30 & 13 h 30 – 16 h 30

- Salades multi graines et, diverses variétés de riz utilisées
- Salades de fruits de mer ou associées aux poissons
- Les petites pousses de jeunes salades

A la fin de chaque journée :

Remise en état des locaux et matériels,

Bilan en commun et en individuel des difficultés rencontrées

Remédiation à apporter

EMC² - ÉCOLE MAÎTRE CRÊPIER ET CUISINIER

Crêperie – Pizzeria – Restauration rapide

8 rue Jules Maillard de la Gourmerie CS63919 35039 RENNES CEDEX

Tél. : 02.99.34.86.76 – Fax : 02.99.34.53.36 – Site web : www.ecole-maitre-crepier.fr – e-mail : info@ecole-maitre-crepier.com

N° de TVA Intracommunautaire FR 07432266401 R.C.S. RENNES B 432 266 401 CODE APE – NAF 8532Z – S.A. au Capital de 40 000 €