



# Concevoir une assiette végétale

Référence: FPROAL015

Thématique: Me former aux métiers de bouche

# **FORMATION PROFESSIONNELLE**

Nouvelle formation 2025

Se former aux métiers de l'artisanat

"

La cuisine végétale : les fondamentaux pour être autonome.

"

#### LA CUISINE VÉGÉTALE

Découvrir les fondamentaux pour être autonome



### **Objectifs**

- Concevoir une assiette végétale et sans allergènes en tenant compte des notions de nutrition, des techniques de cuisson, de découpe et d'associations de saveurs et d'assaisonnements.
- Préparer, réaliser et dresser des préparations culinaires végétales dans un contexte professionnel (traiteur, restauration commerciale).

#### Contenu

- Connaissance des différents régimes alimentaires et des principaux allergènes
- Connaissance des différentes catégories d'aliments et leurs substituts en végétal
- Mise en oeuvre des bonnes associations pour une assiette végétale équilibrée (nutritionnelle et gustative)
- Application des techniques de cuisson, de découpe et d'aromatisation adaptée à la cuisine végétale
- Réalisation des recettes salées et sucrées à décliner en fonction du contexte professionnel et des saisons

### Exemples de recettes réalisées pendant la formation :

- Pad Thaï
- Bowl de saison (Rillettes noix, Tagliatelles courgettes sauce menthe, Steak végétaux maison, sauce fromagère, légumes rôtis...)
- Assiette tapas (Panisses revisitées, Wings de pleurotes, Accras aux algues, Boulettes de lentilles...)
- Toutes les Recettes de la gastronomie française en version végétale

## Prérequis

• Aucun

#### **Public**

• Professionnels de la cuisine : cuisiniers, traiteurs, chefs privés

# Méthodes et moyens mobilisés

- Mises en situations pratiques dans une cuisine professionnelle
- Apports théoriques

#### Modalité d'évaluation

- É

valuation des acquis à l'entrée et en fin de formation

#### Durée

• 7 heures sur 1 journée (9h00 à 17h00)

#### Modalités et délais d'accès

• Sur inscription aux dates indiquées pour chaque session ; date limite d'inscription 15 jours avant le début de la formation ; maximum 8 participants

### **Tarif public**

• 450 euros net de taxe avec prise en charge totale ou partielle possible selon les conditions de l'organisme de financement de la formation professionnelle

#### **Tarif artisan**

: «

Entreprise inscrite au Registre National des Entreprises (RNE), exerçant une activité artisanale dont le code d'activité (APRM) relève de la NAFA, Nomenclature d'Activité Française de l'Artisanat

 Possibilité de prise en charge partielle du coût de la formation sous réserve des conditions des organismes financeurs - Nous contacter

### Accessibilité

Pour les personnes qui rencontreraient des difficultés issues d'une situation de handicap, même léger, merci de nous contacter afin d'établir les modalités d'accessibilité et d'adaptation à la formation

#### **Nous contacter**



### Chambre de Métiers et de l'Artisanat des Pays de la Loire

Siret: 130 020 688 00011

Code APE: 9411Z

Date de mise à jour : 20 février 2025

#### Délivré par:

• Nantes (Ste-Luce-sur-Loire), CMA Formation (44): Place Jacques Chesné - BP 8309 - 44983 SAINTE-LUCE-SUR-LOIRE CEDEX

#### Prochaines sessions:

- Nantes (Ste-Luce-sur-Loire), CMA Formation (44) Mardi 6 octobre 2026
  - Pas de date limite d'inscription
- Nantes (Ste-Luce-sur-Loire), CMA Formation (44) Formation proposée dans notre centre de formation. Nous contacter pour en savoir plus sur les modalités.
  - Pas de date limite d'inscription

### Tarifs:

- SALARIE(E) contact
- DIRIGEANT(E) contact
- CREATEUR REPRENEUR contact
- AUTRE PUBLIC contact