

**Epreuve pratique (durée 3 heures, remise en état des locaux comprise)**

Vous êtes employé(e) à la cuisine d'un foyer de jeunes travailleurs.  
 Vous devez réaliser deux plats pour 6 personnes.

<b>CAKE</b>	<b>TOMATES FOURREES AU THON</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• beurre..... 0,145 kg</li> <li>• rhum..... 5 cL</li> <li>• sucre semoule..... 0,125 kg</li> <li>• œufs ..... 3</li> <li>• levure chimique ..... 1 c. à café</li> <li>• sel..... PM</li> <li>• farine..... 0,250 kg ..... + 2 c. à soupe</li> <li>• raisins secs..... 0,100 kg</li> <li>• fruits confits ..... 0,100 kg</li> <li>• persil ..... PM</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tomates ..... 6</li> <li>• thon au naturel ..... 0,120 kg</li> <li>• macédoine de légumes en boîte... 0,150 kg</li> <li>• mayonnaise industrielle..... 0,150 kg</li> <li>• laitue ..... 6 feuilles</li> </ul>
<i>TECHNIQUE</i>	<i>TECHNIQUE</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préchauffer le four à 180°C.</li> <li>- Mettre les fruits confits et les raisins à macérer dans le rhum.</li> <li>- Travailler dans une calotte le beurre, le sucre et le sel.</li> <li>- Ajouter les œufs un par un, travailler après chaque œuf.</li> <li>- Ajouter la farine, la levure, mélanger.</li> <li>- Enrober les raisins secs et les fruits confits de farine et les ajouter à la pâte.</li> <li>- Verser la pâte dans un moule graissé ou chemisé.</li> <li>- Faire cuire 45 minutes à 180°C.</li> <li>- Démouler sur grille.</li> <li>- Couper 2 tranches et présenter le tout.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Laver et évider les tomates.</li> <li>- Egoutter le thon et la macédoine.</li> <li>- Mélanger la macédoine et le thon et la mayonnaise</li> <li>- Farcir les tomates.</li> <li>- Les dresser dans un plat de service sur feuilles de laitues.</li> </ul>

ACADEMIE DE CAEN	CAP	Session 2001
Durée : 3 h 00	Page 1/2	<b>Préparation et distribution des repas</b>
<b>SUJET N°2</b>		EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITE

## EPREUVE ECRITE ( 10 pts)

En fonction du sujet proposé, établir les menus équilibrés en utilisant les 2 plats préparés pour l'un ou l'autre de ces repas :

REPAS	MENU	APPORT ALIMENTAIRE
<b>Déjeuner</b>		
<b>Dîner</b>		

- Quel est l'utilisateur concerné ?

---

---

- Justifier l'équilibre de vos menus en fonction de l'utilisateur :

---

---

---

---

---

ACADEMIE DE CAEN	CAP	Session 2001
Durée : 30 min	Page 2/2	<b>Préparation des repas</b>
<b>S U J E T N°2</b>		EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITE

**Nom :** ..... **Prénom :** ..... **N° d'insc.**.....