

## SUJET E1

*Vous êtes agent polyvalent de restauration dans un lycée.*

### **Vous devez réaliser :**

**Préparation 1 : Salade lorette ( pour 12 personnes dont 1 plat témoin)**

**Préparation 2 : Croque-monsieur (pour 12 personnes dont 1 plat témoin)**

### **Consignes de travail :**

- 1- Commencer par la préparation de votre choix en tenant compte des contraintes d'organisation.
- 2- Sortir et contrôler les denrées et le matériel.
- 3- Réaliser vos préparations en respectant les règles d'hygiène, d'ergonomie, de sécurité et les consignes données.

### **Savoirs associés (oral 15 minutes)**

#### **S1. Microbiologie appliquée**

1. Citer deux types de microorganismes.
2. Préciser l'intérêt du nettoyage des légumes frais.

#### **S2. Sciences de l'alimentation**

1. Citer le groupe alimentaire auquel appartient la salade.
2. Indiquer le constituant alimentaire principal apporté par le pain.

#### **S3. Connaissance des milieux professionnels**

1. Définir une collectivité.
2. Citer deux exemples de collectivités

#### **Prévention-Sécurité**

1. Lors du taillage des betteraves rouges, citer le risque que vous courez et quelles en sont les raisons.( deux exemples sont demandés)

CAP AGENT POLYVALENT DE RESTAURATION	DUREE : 4h00	SESSION 2005	
EP1 : PRODUCTION DE PREPARATION FROIDES ET CHAUDES	SUJET <b>E1</b>	COEFF. : 6	Page 1/3

## FICHE DE FABRICATION

<b>Préparation 1 : Salade lorette</b>					
Ingrédients	Présentation	Quantité pour 12 pers.	Contrôle		Observations
			Conforme	Non conforme	
Mâche	4 <sup>ème</sup> gamme	0,100 kg			
Betteraves rouges épluchées	5 <sup>ème</sup> gamme	1 kg			
Céleri rave	1 <sup>ère</sup> gamme	1 kg			
Jus de citron		0,005 litre			
Vinaigrette :					
Huile		0,3 litre			
vinaigre		0,1 litre			
moutarde		0,010 kg			
Sel fin		pm			
Poivre		pm			

### **Préparation 1 : Salade lorette**

#### **GAMME OPERATOIRE**

#### Réalisation :

Laver et essorer la mâche.  
 Eplucher le céleri rave et le citronner.  
 Tailler les betteraves rouges en macédoine.  
 Râper le céleri rave.  
 Préparer la vinaigrette.  
 Assaisonner les betteraves et le céleri.

#### Conditionnement :

Dresser sur assiette individuelle.

CAP AGENT POLYVALENT DE RESTAURATION	DUREE : 4h00	SESSION 2005	
EP1 : PRODUCTION DE PREPARATION FROIDES ET CHAUDES	SUJET <b>E1</b>	COEFF. : 6	Page 2/3

## FICHE DE FABRICATION

<b>Préparation 2 : Croque-monsieur</b>					
Ingrédients	Présentation	Quantité pour 12 pers.	Contrôle		Observations
			Conforme	Non conforme	
Pain de mie		0,350 kg			
Jambon blanc en tranche		0,4 kg			
Lait		1 l			
Margarine		0,1 kg			
Farine		0,1 kg			
Gruyère râpé		0,1 kg			
Sel fin		Pm			
Poivre		Pm			
Gratin :					
Gruyère râpé		0,060 kg			
Beurre		0,060 kg			

### **Préparation 2 : Croque-monsieur**

#### **GAMME OPERATOIRE**

#### Réalisation :

Préparer une sauce béchamel, assaisonner et ajouter le gruyère râpé.

Disposer les tranches de pain de mie sur une plaque.

Tailler les tranches de jambon en deux.

Mettre sur chaque tranche :

- un peu de sauce,
- un morceau de jambon
- recouvrir avec un peu de sauce.

Saupoudrer de gruyère râpé.

Parsemer de petits morceaux de beurre.

Faire gratiner dans un four chaud.

#### Conditionnement :

Dresser sur assiette 4 croque-monsieur pour le service (épreuve EP2).

Le reste est filmé et refroidi en cellule de refroidissement puis stocker en chambre froide.

CAP AGENT POLYVALENT DE RESTAURATION	DUREE : 4h00	SESSION 2005	
EP1 : PRODUCTION DE PREPARATION FROIDES ET CHAUDES	SUJET <b>E1</b>	COEFF. : 6	Page 3/3