

SUJET N° 9

PREPARATION N° 1 (pour 6 personnes dont 1 part pour le jury)

RATATOUILLE

Denrées proposées

Oignons
Aubergines
Courgettes
Pulpe de tomate appertisée
Poivrons rouges
Poivron vert
Ail
Huile d'olive
Herbes de Provence

Gamme opératoire

Éplucher les oignons et l'ail
Les émincer
Laver les légumes
Tailler :

- les courgettes en rondelles
- les aubergines et poivrons rouges en cubes
- le poivron vert en lanières
- Suer les oignons et les poivrons dans la moitié de l'huile d'olive
- Ajouter les autres légumes et le reste d'huile
- Verser la pulpe de tomate
- Mélanger le tout
- Assaisonner
- Couvrir et laisser mijoter environ $\frac{1}{2}$ heure

PREPARATION N° 2 (pour 12 personnes dont 1 part pour le jury)

Vous réalisez un dessert pour une collectivité de personnes âgées. Vous utilisez toutes les denrées proposées :

- Œufs
- Sucre en poudre
- Sucre vanillé
- Farine
- Lait
- Beurre
- Abricots au sirop

SUJET N° 9

N° DE CANDIDAT :

1 - QUANTITES NECESSAIRES (1 point)

- pour chacune des denrées écrites en caractères gras et soulignées, indiquer la quantité nécessaire pour une personne adulte sédentaire :

Nom des denrées	Quantité pour une personne

2 - SCIENCES APPLIQUEES (2 points)

- Répondre aux questions suivantes :

2.1. Cocher, dans le tableau ci-dessous, les apports nutritionnels des deux denrées.

Apports Denrées	Protides	Glucides	Lipides	Calcium	Minéraux et cellulose
Huile d'olive					
Courgette					

2.2. Quand doit-on se laver les mains quand on travaille en cuisine de collectivité ? (2 réponses)

-

-

SUJET N° 10

PREPARATION N° 1 (pour 6 personnes dont 1 part pour le jury)

ESCALOPES PANÉES

Denrées proposées

Escalopes de dinde

Farine
Œufs
Chapelure
Huile

} pour la panure

Sel
Poivre
Citron
Margarine

Gamme opératoire

Préparer une anglaise :
mélanger l'œuf battu avec l'huile, du sel
et du poivre
Saler, poivrer les escalopes
Les fariner
Les passer :
- 1) dans l'anglaise
- 2) puis dans la chapelure

cuire à la poêle à feu moyen 5 minutes sur
chaque face
Dresser sur plat de service
Décorer avec des quartiers de citron

PREPARATION N° 2 (pour 12 personnes dont 1 part pour le jury)

Vous réalisez une entrée pour une collectivité d'adultes. Vous utilisez toutes les denrées proposées :

- Crêpes non sucrées prêtes à l'emploi
- Farine
- Margarine
- Lait
- Emmental râpé
- Champignons appertisés
- Crevettes cuites surgelées décortiquées
- Sel - poivre

N° DE CANDIDAT :

1 - QUANTITES NECESSAIRES (1 point)

- pour chacune des denrées écrites en caractères gras et soulignées, indiquer la quantité nécessaire pour une personne adulte sédentaire :

Nom des denrées	Quantité pour une personne

2 - SCIENCES APPLIQUEES (2 points)

- Répondre aux questions suivantes :

2.1. Dans la liste ci-dessous, souligner les denrées nécessaires pour réaliser une sauce Mornay.

- Margarine
- Fécule
- Huile
- Vin blanc
- Lait
- Bouillon
- Gruyère râpé
- Farine

2.2. Compléter le tableau suivant pour équilibrer le menu.

Entrée :	Melon
Plat :	Jambon / haricots verts Riz pilaf
Dessert :

SUJET N° 11

PREPARATION N° 1 (pour 6 personnes dont 1 part pour le jury)

COTES DE PORC A LA TOMATE

Denrées proposées

Côtes de porc

Margarine

Oignons

Concentré de tomate appertisé

Ail

Eau

Sel, poivre

Persil

Thym

Laurier

} bouquet garni

Gamme opératoire

Éplucher et émincer les oignons

Sauter la viande dans la matière grasse (3 minutes de chaque côté)

Ajouter les oignons émincés

Délayer le concentré de tomate dans l'eau

Verser le liquide dans la poêle

Ajouter l'ail, le bouquet garni

Couvrir, laisser mijoter 10 minutes à feu doux

Dresser la viande sur plat de service

Réduire la sauce 2 minutes

Assaisonner

Napper

PREPARATION N° 2 (pour 12 personnes dont 1 part pour le jury)

Vous réalisez un dessert pour une collectivité d'enfants. Vous utilisez toutes les denrées proposées :

- Beurre
- Sucre
- Œufs
- Farine
- Levure chimique
- Chocolat en poudre

N° DE CANDIDAT :

1 - QUANTITES NECESSAIRES (1 point)

- pour chacune des denrées écrites en caractères gras et soulignées, indiquer la quantité nécessaire pour une personne adulte sédentaire :

Nom des denrées	Quantité pour une personne

2 - SCIENCES APPLIQUEES (2 points)

- Répondre aux questions suivantes :

2.1. Mettre une croix dans la colonne vrai ou faux

Dans un repas, la viande peut être remplacée par :	VRAI	FAUX
• Des œufs		
• Des haricots verts		
• Du poisson		
• Du pain		
• Du fromage		
• Des pommes de terre		

2.2. Quel est le rôle de la levure chimique dans la réalisation du gâteau au chocolat ?

SUJET N° 12

PREPARATION N° 1 (pour 6 personnes dont 1 part pour le jury)

PAUPIETTES DE VOLAILLE

Denrées proposées

Paupiettes

Lardons fumés
Champignons émincés
Fond de veau clair
Vin blanc sec
Oignons
Ail
Sel, poivre
Bouquet garni
Margarine
Farine
Eau

Gamme opératoire

Éplucher et émincer les oignons
Délayer le fond de veau dans l'eau
Fariner les paupiettes
Rissoler les paupiettes dans la matière grasse
Réserver
Sauter les lardons et suer les oignons
Remettre la viande dans le rondeau
Ajouter le vin blanc, le fond de veau, le bouquet garni et l'ail
Saler, poivrer
Couvrir
Laisser mijoter 15 minutes à feu doux
Ajouter les champignons
Laisser cuire encore 5 minutes
Enlever le bouquet garni avant de servir

PREPARATION N° 2 (pour 12 personnes dont 1 part pour le jury)

Vous réalisez une entrée pour une collectivité d'adolescents. Vous utilisez toutes les denrées proposées :

- Pâte brisée
- Œufs
- Lait
- Crème fraîche épaisse
- Gruyère râpé
- Mimolette
- Sel, poivre, muscade

N° DE CANDIDAT :

1 - QUANTITES NECESSAIRES (1 point)

- pour chacune des denrées écrites en caractères gras et soulignées, indiquer la quantité nécessaire pour une personne adulte sédentaire :

Nom des denrées	Quantité pour une personne

2 - SCIENCES APPLIQUEES (2 points)

- Répondre aux questions suivantes :

2.1. Un adolescent n'aime pas le lait. Proposer des aliments pouvant le remplacer

1.
2.
3.

2.2. Numéroté les quatre actions suivantes dans l'ordre chronologique

Avant de prendre son poste de travail, chacun doit :

	• Se laver les mains
	• Quitter ses vêtements de ville
	• Mettre sa tenue professionnelle
	• Passer au vestiaire