

SUJET N° 13

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

FLAMICHE A L'OIGNON

<i>Denrées proposées</i>	<i>Gamme opératoire</i>
Pâte brisée prête à l'emploi	Émincer les oignons
<i>Garniture</i>	Suer les oignons pendant 15 à 20 minutes
Oignons	Réaliser la sauce Mornay
Margarine	Abaisser, foncer la tourtière
<i>Sauce Mornay</i>	Garnir
Margarine	Cuire à four chaud, 25 à 30 minutes
Farine	
<u>Lait</u>	
Emmental râpé	
<i>A disposition</i>	
Sel	
Poivre	
Muscade	

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 :

- Abricots appertisés
- Ananas appertisés
- Pommes
- Kiwi
- Citron

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. Citer la vitamine contenue majoritairement dans les fruits et les légumes

2.2. Indiquer le nom du groupe alimentaire auquel appartiennent le lait et la margarine.

Denrées	Groupe alimentaire
Lait	
Margarine	

SUJET N° 14

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

SALADE DE RIZ

<i>Denrées proposées</i>	<i>Gamme opératoire</i>
<u>Riz</u>	Cuire le riz créole
	Préparer les légumes
<i>Garniture</i>	Déconditionner le thon, les olives
Tomates	Tailler les légumes
Poivron vert	Réaliser la sauce vinaigrette
Thon naturel	Mélanger le riz et la garniture
Olives noires dénoyautées	Assaisonner avec la sauce vinaigrette
Persil haché	Dresser
<i>Sauce vinaigrette</i>	
Huile	
Vinaigre	
Sel à disposition	
Poivre à disposition	

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

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

- Œufs
- Sucre en poudre
- Sucre vanillé
- Farine
- Levure chimique
- Lait
- Beurre
- Cerises au sirop

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. Citer le nom du groupe alimentaire contenant le beurre.

2.2. Donner le rôle des glucides dans l'organisme.

SUJET N° 15

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

POTAGE PARMENTIER

<i>Denrées proposées</i>	<i>Gamme opératoire</i>
Poireaux	Éplucher les légumes
<u>Pommes de terre</u>	Émincer les légumes
Margarine	Suer les poireaux
Eau	Mouiller à l'eau
Sel	Saler
Crème fraîche	Ajouter les pomme de terre
	Cuire 45 minutes à couvert
	Mixer
	Crémer
	Faire bouillir 3 minutes
	Rectifier l'assaisonnement
	Dresser

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

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

- Crêpes prêtes à l'emploi
- Crème pâtissière à reconstituer à froid
- Macédoine de fruits confits
- Sucre glace
- Lait (ou eau)

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. Nommer les vitamines hydrosolubles

2.2. Citer deux microorganismes responsables d'intoxications alimentaires

-

-

SUJET N° 16

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

GRATIN DE POMMES DE TERRE

Denrées proposées

Pommes de terre

Appareil

Lait
Œufs
Crème fraîche liquide
Emmental râpé

A disposition

Sel
Poivre
Muscade
Matière grasse

Gamme opératoire

Laver, éplucher les pommes de terre
Réaliser l'appareil
Émincer les pommes de terre
Garnir le plat à gratin beurré avec les
pommes de terre
Ajouter l'appareil
Saupoudrer d'emmental
Cuire à four moyen 45 minutes

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 :

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

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. Citer les constituants alimentaires énergétiques.

2.2. Nommer l'élément minéral caractéristique des produits laitiers.

SUJET N° 17

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

GATEAU DE SEMOULE AUX RAISINS

Denrées proposées

Lait
Gousse de vanille
Sucre
Semoule
Œufs
Raisins secs
Rhum

Margarine à disposition

Gamme opératoire

Macérer les raisins dans le rhum et un peu d'eau
Faire bouillir le lait avec le sucre et la gousse de vanille
Verser la semoule en pluie
Faire cuire environ 5 minutes
Retirer du feu
Ajouter les œufs battus en omelette
Ajouter les raisins macérés
Verser la préparation dans le ou les moule(s) graissé(s)
Cuire à four moyen environ 20 minutes
Le dessus du gâteau doit être doré.

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

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

- Fromage blanc
- Sucre en poudre
- Ananas appertisés
- abricots appertisés
- poires appertisées
- Amandes effilées

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. Citer 2 aliments qui comportent les mêmes apports nutritionnels que le fromage blanc.

-
-

2.2. L'utilisation de fruits appertisés présente des avantages. En citer 2 :

-
-