



**LE RÉSEAU DE CRÉATION  
ET D'ACCOMPAGNEMENT PÉDAGOGIQUES**

**Ce document a été numérisé par le Canopé de l'académie de Strasbourg  
pour la Base Nationale des Sujets d'Examens de l'enseignement professionnel.**

Ce fichier numérique ne peut être reproduit, représenté, adapté ou traduit sans autorisation.

**E2 Étude d'une situation professionnelle**

**BARÈME DE NOTATION**

<b>1<sup>ère</sup> partie : Technologie</b>	<b>11 points</b>
<b>2<sup>ème</sup> partie : Sciences Appliquées</b>	<b>9 points</b>
<b>Total</b>	<b>20 points</b>

**1<sup>ère</sup> Partie : Technologie 11 points**

**Dossier n°1 sur 4 points**

Le chef souhaite proposer aux jeunes des salades agrémentées de vinaigrettes originales et savoureuses. Il vous demande de lui faire des suggestions.

- 1.1** A partir de l'exemple proposé, compléter le tableau ci-après en indiquant pour trois variétés de salades différentes, une sauce vinaigrette pour l'accompagner.  
**0,5 points par élément**

<b>Variétés de salades</b>	<b>Descriptif des sauces vinaigrette</b>
<p><b>(Exemple)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pissenlit</li> </ul>	<p><i>Vinaigrette de pamplemousse (jus de pamplemousse, huile de pépins de raisin)</i></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Roquette</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• = 1 vinaigre</li> <li>+ 1 huile</li> <li>Ou jus de légumes ou fruits</li> <li>Vinaigrette framboise (jus de framboise/huile de pépin de raisin)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Endive</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vinaigrette exotique (huile de noix de coco/jus d'agrumes réduit)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Feuille de chêne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vinaigrette noisette (huile de noisette/vinaigre de xeres)</li> </ul>

Mâche, laitue, romaine, scarole, frisée, chicorée, batavia, icerberg...

**Les différentes huiles et propositions de vinaigrette sont laissées à l'appréciation du jury.**

Le chef vous demande d'agrémenter vos salades d'herbes fraîches.

1.2 Citer quatre herbes fraîches (4 \* 0,25 = 1 pt).

- Verveine, coriandre, cerfeuil, shiso, basilic, persil plat, ...

*Les différentes herbes proposées sont laissées à l'appréciation du jury.*

**Dossier n°2 sur 2,25 points**

Le chef souhaite tester vos connaissances sur les matériels de cuisson et leurs avantages pour la cuisine allégée.

Compléter le tableau ci-après en indiquant pour chacun des matériels deux avantages et un exemple d'utilisation. (0,25 par réponse, soit 2,25pts)

Matériels	Avantage 1	Avantage 2	Exemple Utilisation
Plancha	Nécessite peu de matière grasse	Plusieurs zones de chauffe et cuisson d'ingrédients différents	Crevettes sautées
Moules en silicone	Pas de matière grasse ajoutée	Supporte le chaud et le froid	Dôme de bavaroise vanille
Four vapeur pressurisé	Temps de cuisson réduit	Aucune matière grasse	Haricot vert vapeur
Grillade	Saveur grillée (réaction de Maillard)	Quadrillage visuel attirant	Sole grillée

### Dossier n°3 sur 2,25 points

Les adolescents ne consomment pas suffisamment de poisson. Vous recherchez des plats susceptibles d'en favoriser la consommation.

3.1 A partir de l'exemple proposé, compléter le tableau ci-dessous en proposant pour deux poissons d'eau de mer, une recette et un procédé de cuisson différents.

*Les principes de la cuisine allégée seront respectés. (7x 0,25 = 1,75pts – 0,25 pour les teneurs en mg des deux poissons proposés)*

**A l'appréciation des correcteurs. Les différents poissons, la technique de préparation adaptée ainsi que le procédé de la recette doit faire preuve d'originalité et de créativité.**

Poisson	Teneur en matière grasse			Intitulé de la recette et garniture	Procédé de cuisson
	Maigre	Demi-gras	Gras		
<b>(Exemple)</b> Saumon			<b>X</b>	<i>Dos de saumon à l'unilatérale, jus d'herbès et étuvée de poireaux.</i>	<i>Cuire à l'unilatérale</i>
• Thon		<b>X</b>			
• Sole	<b>X</b>				

Les fiches techniques des nouveaux plats doivent maintenant être élaborées.

3.2 Indiquer l'intérêt de rédiger la fiche technique d'un plat (0,25 par arguments).

Respect des proportions et grammage, apport nutritionnel, respect des coûts...

### Dossier n°4 sur 2,5 points

Les algues font partie des produits qui ont une valeur nutritive intéressante. Le chef souhaite en inclure trois dans ses préparations ; il vous questionne à ce sujet.

A partir de l'exemple proposé, compléter les zones vierges du tableau ci-dessous **(0,5 par algue et 0,25 pour les autres éléments)**

	Présentation commerciale	Utilisation
<i>Exemple : Wakamé</i>	<i>Algues vertes en paillette, fraîche en baquette</i>	<i>En aromate et garniture dans une sauce émulsionnée allégée, une farce de poisson.</i>
<i>Laitue de mer</i>	<i>Couleur vert clair à foncé, un thalle développé en une seule palme, fine et souple. Saumure, fraîche, déshydratée</i>	<i>Saveur iodée, à utiliser en petits morceaux ciselés dans une salade ou en papillotes pour recouvrir un poisson</i>
<i>Dulse</i>	<i>Couleur pourpre, elle est formée de thalles à lames arrondies</i>	<i>Avec les poissons, les crustacés et surtout les viandes blanches</i>
<i>Nori</i>	<i>De couleur noire, violacée, elle présente un thalle transparent et allongé, souple et fin</i>	<i>Sa saveur est fine, elle se marie pratiquement avec tous les ingrédients, à utiliser dans les sushis</i>

1. Depuis l'année 2004 et jusqu'à ce jour, les résultats de différentes enquêtes ont mis l'accent sur l'importance et sur les dangers de l'obésité chez les jeunes **(3,25 points).**

1.1 Relever dans le document « Obésité infantile » (ANNEXE 1) les trois mesures de la loi de santé publique entrée en vigueur en septembre 2005 **(3 x 0,25 = 0,75 pt).**

- *Interdiction des distributeurs automatiques de boissons sucrées et de confiseries dans les établissements scolaires.*
- *Réglementation de la publicité sur les produits sucrés.*
- *Surtaxe des mélanges alcoolisés et sucrés.*

1.2 Justifier ces mesures en indiquant l'objectif recherché **(1 pt).**

- *Réduire la consommation de produits sucrés chez les jeunes.*

1.3 A partir de vos connaissances, nommer l'étude dont l'objet est de suivre l'évolution de l'obésité en France **(0,5 pt).**

- *Obépi.*

1.4 Montrer le lien entre consommation excessive de glucides et obésité en cochant deux propositions parmi celles-ci-dessous : **(2 x 0,5 = 1 pt)**

- Les glucides sont absorbés rapidement par l'organisme.
- Les glucides simples sont absorbés rapidement par l'organisme.*
- Les glucides en excès sont stockés sous forme de protides dans les muscles.
- Les glucides en excès sont stockés sous forme de lipides dans les muscles.
- Les glucides en excès sont stockés sous forme de lipides dans les tissus adipeux.*

2. Les professionnels de la station thermale doivent développer l'esprit critique des adolescents qui suivent la cure pour que ceux-ci deviennent des « acheteurs consommateurs avisés ». Ils organisent des séances d'analyse de composition de produits alimentaires industriels en particulier fruits cuits et poissons **(5,75 points).**

2.1 La grande distribution propose au consommateur une grande variété de compotes. Pour l'acheteur il est délicat de comprendre les termes « sans sucre ajouté », « allégé en sucre »... Vous participez à la séance d'information organisée dans le cadre de la gestion de la post-cure des adolescents « Quelle compote choisir ? ».

2.1.1 Classer les compotes « pomme-poire » proposées en ANNEXE 2 en fonction de leur teneur en glucides (pour répondre reporter la lettre-code de la compote figurant dans la première colonne du tableau de l'ANNEXE 2) **(3 x 0,25 = 0,75 pt).**

- Moins de 15 % de glucides : *Compotes A et C.*
- De 15 à 20 % de glucides : *Compotes B, E et F.*
- Plus de 20 % de glucides : *Compote D.*

2.1.2 Choisir dans la liste des compotes « pomme-poire » (ANNEXE 2), une compote adaptée à un adolescent qui sort de la cure. Justifier le choix en présentant trois éléments.

- Compote la mieux adaptée : **Compote A (0,3 pt)** ; la compote C peut être acceptée si la justification est correcte (insistance sur la vitamine C).
- Justification : (3 x 0,4 = 1,2 pt).
  - Teneur en glucides : moins de 15 % de glucides possibilités A et C, apport énergétique le plus faible.
  - Teneur en vitamine C : possibilités C et A.
  - Teneur en fibres : possibilités A et C.

2.2 Après la cure, il est conseillé aux adolescents de continuer à consommer du poisson au minimum deux fois par semaine. Vous participez à la séance d'information organisée dans le cadre de la gestion de la post-cure des adolescents « Quel poisson choisir ? ».

2.2.1 Relever dans le texte de l'ANNEXE 3 les éléments suivants :

- La substance chimique contaminante : **Mercur**e (0,2 pt).
- Les poissons fortement contaminés : **Espèces de poissons prédateurs sauvages, tels que le thon, l'espadon, la raie, la lotte ou la julienne** (0,2 pt).
- Les poissons faiblement contaminés : **Poissons non prédateurs tels que le colin et le cabillaud ainsi que les poissons d'élevage** (0,2 pt).

2.2.2 Compléter le tableau ci-dessous pour présenter l'intérêt nutritionnel du poisson (3 x 0,2 = 0,6 pt).

Constituant principal	Nutriment issu de la digestion	Rôle principal dans l'organisme
<i>Protide</i>	<i>Acides aminés</i>	<i>Plastique</i>

2.2.3 Calculer l'énergie apportée par 100 g de chacun des poissons surgelés suivants (détailler les calculs).

Composition pour 100 g de produit			
Poisson surgelé	Protides en g	Glucides en g	Lipides en g
Cabillaud de l'Atlantique pané	13	13	10
Filet de cabillaud du Pacifique	17,5	0	0,5

**0,8 pt => 0,3 pt pour Protide/17 kJ, Glucides/17 kJ, Lipides/38 kJ.**

**=> 0,2 pt pour chaque calcul.**

**=> 0,1 pt pour l'unité.**

**=> 0,2 pt pour les totaux.**

- Apport énergétique du cabillaud pané :

- Protides  $13 \times 17 = 221 \text{ kJ}$

- Glucides  $13 \times 17 = 221 \text{ kJ}$

- Lipides  $10 \times 38 = 380 \text{ kJ}$

- Total = 822 kJ

- Apport énergétique du filet de cabillaud :
  - Protides  $17,5 \times 17 = 297,5 \text{ kJ}$
  - Glucides  $0 \text{ kJ}$
  - Lipides  $0,5 \times 38 = 19 \text{ kJ}$
  - Total =  $316,5 \text{ kJ}$

2.2.4 Indiquer trois éléments supplémentaires à prendre en compte pour connaître l'apport énergétique réel de l'assiette élaborée à partir du poisson choisi ( $3 \times 0,5 = 1,5 \text{ pt}$ ).

- *Matière grasse ou non pour la cuisson.*
- *Garniture (nature, présentation, apport calorique...).*
- *Sauce d'accompagnement...*
- *Quantité consommée (réponse tolérée).*

## ANNEXE 1

### OBÉSITÉ INFANTILE : « épidémie » confirmée chez les enfants européens.

L'obésité infantile ne concerne pas que les États-Unis. Un récent rapport dévoile des chiffres alarmants pour l'Europe. Et la France est loin d'être épargnée par cette « épidémie ».

En France, depuis l'été 2004, la prévention de l'obésité fait partie de la loi de santé publique. Cette dernière, qui est entrée en vigueur au 1<sup>er</sup> septembre 2005, comporte plusieurs mesures phares : interdiction des distributeurs automatiques de boissons sucrées et de confiseries dans les établissements scolaires, réglementation de la publicité sur les produits sucrés, ou encore surtaxe des mélanges alcoolisés et sucrés.

En mars 2005, une proposition de loi supplémentaire a été déposée. Elle demande en outre la création de deux instances, le « Haut comité de lutte contre l'obésité » et l'« Observatoire de l'épidémie d'obésité », ainsi que l'organisation d'une campagne nationale de sensibilisation aux risques d'épidémie d'obésité.

Par ailleurs, le Programme National Nutrition Santé (PNNS), lancé en 2001 par le Ministère de la Santé, comprend neuf objectifs prioritaires. L'un d'eux est d'arrêter l'augmentation de la prévalence de l'obésité chez l'enfant.

Une des mises en pratique du PNNS réside dans le programme EPODE (Ensemble Prévenons l'Obésité Des Enfants) lancé en janvier 2004.

En cours dans 10 villes de France, cette initiative vise à mobiliser enseignants, médecins scolaires, professionnels de santé, milieu associatif, ... autour de la prévention de l'obésité chez les enfants, via des actions concrètes : information nutritionnelle, incitation à pratiquer davantage de sport...

Source : <http://www.cite-sciences.fr>

MC ART DE LA CUISINE ALLÉGÉE	Code :	CORRIGE	Session 2014
Épreuve E2 : Étude d'une situation professionnelle	Durée : 2 h 30	Coef. : 3	Page 6 / 7

**ANNEXE 2****Compote pomme-poire**

Lettre -code	Compote	Composition pour 100 g					
		Énergie en kJ	Glucides en g	Protides en g	Lipides en g	Vit C en mg	Fibres en mg
A	Compote 0 % sucre ajouté	225,72	12,0	0,4	0,5	10,9	3,0
B	Compote sensation	321,86	17,9	0,4	0,4	9,7	1,8
C	Compote sans sucre ajouté	246,62	13,1	0,5	0,5	11,1	2,9
D	Compote	355,30	20,5	0,3	0,4	10,0	2,0
E	Compote allégée en sucre	321,86	17,8	0,3	0,3	10,5	1,3
F	Compote allégée en sucre	317,68	17,7	0,3	0,5	9,8	1,5

**ANNEXE 3****Communiqué****Avis de l'AFSSA\* sur consommation de poissons et exposition au mercure.**

L'exposition au mercure via l'alimentation est liée principalement à la consommation de poissons, dont la contamination varie selon les espèces, les poissons prédateurs étant les plus contaminés. Ce contaminant, sous la forme de méthylmercure, présente une toxicité particulière pour le système nerveux central en cours de développement. C'est la raison pour laquelle les femmes enceintes et allaitantes et les enfants en bas âge constituent les populations les plus sensibles.

(...) Sur le fondement des estimations réalisées, l'AFSSA recommande donc aux femmes enceintes et allaitantes et aux jeunes enfants de favoriser une consommation diversifiée des différentes espèces de poisson en évitant, à titre de précaution, une consommation exclusive de poissons appartenant aux espèces de *poissons prédateurs sauvages*, tels que le thon, l'espadon, la raie, la lotte ou la julienne. Les poissons non prédateurs tels que le colin et le cabillaud ainsi que les poissons d'élevage sont faiblement contaminés en méthylmercure.

\*AFSSA : Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments.

Source : <http://w3.rennes.intra.fr>

