

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Ecrite

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 3 a

1) Vous devez réaliser pour 6 rationnaires le plat suivant :

◆ **BISCUIT ROULE**

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

2) Vous devez réaliser pour 18 rationnaires le plat suivant :

◆ **TARTE AUX TOMATES :**

Pâte brisée prête à l'emploi	1,2 kg
Moutarde	0,150 kg
Tomates	2 kg
Gruyère râpé	0,500 kg
Herbes de Provence	} à disposition
Sel, poivre	
Olives noires	
Huile d'olive	

Vous devez établir l'organisation de votre travail

- pour les 2 plats
- dans le temps
- sur la grille jointe
- en utilisant de la couleur
- durée 30 minutes

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Pratique

page 1/1

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 3 a bis

1) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

◆ BISCUIT ROULE

Farine	0,125 kg
Œufs	5 unités
Sucre	0,125 kg
Sucre glace	
Gelée de groseille ou d'abricot ou autre	} à disposition

2) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

◆ TARTE AUX TOMATES :

Pâte brisée prête à l'emploi	1,2 kg
Moutarde	0,150 kg
Tomates	2 kg
Gruyère râpé	0,500 kg
Herbes de Provence	
Sel, poivre	
Olives noires	
Huile d'olive	} à disposition

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Ecrite

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 3 b

1) Vous devez réaliser pour 6 rationnaires le plat suivant :

♦ BISCUIT ROULE

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

2) Vous devez réaliser pour 18 rationnaires le plat suivant :

♦ ROTI DE DINDONNEAU SAUCE AU POIVRE :

Dindonneau rôti roulé	3,5 kg
Huile d'arachide	0,100 litre
Oignons	0,200 kg
Carottes	0,200 kg
Eau	0,8 litre
Sauce au poivre lyophilisée	0,140 kg
Crème fraîche	0,100 kg
Sel	à disposition
Persil	à disposition

Vous devez établir l'organisation de votre travail

- pour les 2 plats
- dans le temps
- sur la grille jointe
- en utilisant de la couleur
- durée 30 minutes

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Pratique

page 1/1

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 3 b bis

1) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ BISCUIT ROULE

Farine	0,125 kg
Œufs	5 unités
Sucre	0,125 kg
Sucre glace	à disposition
Gelée de groseille ou d'abricot ou autre	à disposition

2) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ ROTI DE DINDONNEAU SAUCE AU POIVRE :

Dindonneau rôti roulé	3,5 kg
Huile d'arachide	0,100 litre
Oignons	0,200 kg
Carottes	0,200 kg
Eau	0,8 litre
Sauce au poivre lyophilisée	0,140 kg
Crème fraîche	0,100 kg
Sel	à disposition
Persil	à disposition

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Ecrite

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 3 c

1) Vous devez réaliser pour 6 rationnaires le plat suivant :

♦ BISCUIT ROULE

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

2) Vous devez réaliser pour 18 rationnaires le plat suivant :

♦ CHOUX DE BRUXELLES AU LARD :

Choux de Bruxelles surgelés	4 kg
Poitrine de porc fumée	0,500 kg
Margarine	0,150 kg
Gros sel	} à disposition
Sel fin, poivre	
Persil	

Vous devez établir l'organisation de votre travail

- pour les 2 plats
- dans le temps
- sur la grille jointe
- en utilisant de la couleur
- durée 30 minutes

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Pratique

page 1/1

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 3 c bis

1) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ BISCUIT ROULE

Farine	0,125 kg
Œufs	5 unités
Sucre	0,125 kg
sucre glace	à disposition
Gelée de groseille ou d'abricot	
ou autre	à disposition

2) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ CHOUX DE BRUXELLES AU LARD :

Choux de Bruxelles surgelés	4 kg
Poitrine de porc fumée	0,500 kg
Margarine	0,150 kg
Gros sel	
Sel fin, poivre	} à disposition
Persil	

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Ecrite

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 3 d

1) Vous devez réaliser pour 6 rationnaires le plat suivant :

♦ **BISCUIT ROULE**

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

2) Vous devez réaliser pour 18 rationnaires le plat suivant :

♦ **TARTELETTES A L'ANANAS :**

Tartelettes sucrées	18 unités
Entremet, flan pâtissier	poudre pour 1,5 litre de lait
Ananas en tranches	2 boîtes 4/4
Cerises au sirop dénoyautées	à disposition
Nappage blond	à disposition

Vous devez établir l'organisation de votre travail

- pour les 2 plats
- dans le temps
- sur la grille jointe
- en utilisant de la couleur
- durée 30 minutes

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Pratique

page 1/1

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 3 d bis

1) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

◆ BISCUIT ROULE

Farine	0,125 kg
Œufs	5 unités
Sucre	0,125 kg
Sucre glace	à disposition
Gelée de groseille ou d'abricot ou autre	à disposition

2) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

◆ TARTELETTES A L'ANANAS :

Tartelettes sucrées	18 unités
Entremet, flan pâtissier	poudre pour 1,5 litre de lait
Ananas en tranches	2 boîtes 4/4
Cerises au sirop dénoyautées	à disposition
Nappage blond	à disposition

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Ecrite

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 4 a

1) Vous devez réaliser pour 6 rationnaires le plat suivant :

♦ CAKE

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

2) Vous devez réaliser pour 18 rationnaires le plat suivant :

♦ BOUCHEES A LA REINE :

Bouchées	18 unités
Farine	0,100 kg
Margarine	0,100 kg
Lait	1 litre
Quenelles nature	4 boîtes ½
Champignons émincés	1 boîte 4/4
Sel, poivre, muscade	à disposition

Vous devez établir l'organisation de votre travail

- pour les 2 plats
- dans le temps
- sur la grille jointe
- en utilisant de la couleur
- durée 30 minutes

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Pratique

page 1/1

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 4 a bis

1) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

◆ CAKE

Farine	0,300 kg
Sucre	0,250 kg
Beurre	0,200 kg
Raisins secs	0,100 kg
Fruits confits	0,050 kg
Œufs	3 unités
Levure chimique	1 sachet
Rhum	à disposition

2) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

◆ BOUCHEES A LA REINE :

Bouchées	18 unités
Farine	0,100 kg
Margarine	0,100 kg
Lait	1 litre
Quenelles nature	4 boîtes ½
Champignons émincés	1 boîte 4/4
Sel, poivre, muscade	à disposition

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Ecrite

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 4 b

1) Vous devez réaliser pour 6 rationnaires le plat suivant :

♦ CAKE

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

2) Vous devez réaliser pour 18 rationnaires le plat suivant :

♦ PORC BRAISE :

Rôti de porc	5 kg
Oignons	4 unités
Matière grasse	0,250 kg
Sauce : fond de porc	à disposition
Carottes	1 kg
Vin blanc	à disposition

Vous devez établir l'organisation de votre travail

- pour les 2 plats
- dans le temps
- sur la grille jointe
- en utilisant de la couleur
- durée 30 minutes

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Pratique

page 1/1

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 4 b bis

1) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

◆ CAKE

Farine	0,300 kg
Sucre	0,250 kg
Beurre	0,200 kg
Raisins secs	0,100 kg
Fruits confits	0,050 kg
Œufs	3 unités
Levure chimique	1 sachet
Rhum	à disposition

2) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

◆ PORC BRAISE :

Rôti de porc	5 kg
Oignons	4 unités
Matière grasse	0,250 kg
Sauce fond de porc	à disposition
Carottes	1 kg
Vin blanc	à disposition

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Ecrite

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 4 c

1) Vous devez réaliser pour 6 rationnaires le plat suivant :

♦ CAKE

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

2) Vous devez réaliser pour 18 rationnaires le plat suivant :

♦ FRITES :

Frites surgelées ou sous vide	7 kg
Bain de friture	
Sel	

♦ SALADE VERTE

Salades	4 unités
Huile	}
Vinaigre	
Echalotes	
Sel, poivre, moutarde	
	à disposition

Vous devez établir l'organisation de votre travail

- pour les 2 plats
- dans le temps
- sur la grille jointe
- en utilisant de la couleur
- durée 30 minutes

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Pratique

page 1/1

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 4 c bis

1) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **CAKE**

Farine	0,300 kg
Sucre	0,250 kg
Beurre	0,200 kg
Raisins secs	0,100 kg
Fruits confits	0,050 kg
Œufs	3 unités
Levure chimique	1 sachet
Rhum	à disposition

2) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **FRITES - SALADE VERTE :**

Frites surgelées ou sous vide	7 kg
Bain de friture	
Sel	
Salades	4 unités
Huile	} à disposition
Vinaigre	
Echalotes	
Sel, poivre, moutarde	

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Ecrite

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 4 d

1) Vous devez réaliser pour 6 rationnaires le plat suivant :

♦ CAKE

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

2) Vous devez réaliser pour 18 rationnaires le plat suivant :

♦ ŒUFS AU LAIT

Préparation pour œufs au lait	pour 2 litres de lait
Lait	2 litres

♦ COOKIES

Préparation pour cookies	pour 36 cookies
Œufs	2 unités

Vous devez établir l'organisation de votre travail

- pour les 2 plats
- dans le temps
- sur la grille jointe
- en utilisant de la couleur
- durée 30 minutes

C.A.P. EMPLOYE TECHNIQUE DE COLLECTIVITES

Epreuve : EP1.2 b - Préparation des repas - Partie Pratique

page 1/1

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 4 d bis

1) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ CAKE

Farine	0,300 kg
Sucre	0,250 kg
Beurre	0,200 kg
Raisins secs	0,100 kg
Fruits confits	0,050 kg
Œufs	3 unités
Levure chimique	1 sachet
Rhum	à disposition

2) Vous réalisez le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ OEUFS AU LAIT :

Préparation pour œufs au lait	pour 2 litres de lait.
Lait	2 litres

♦ COOKIES :

Préparation pour cookies	pour 36 cookies
Œufs	2 unités