

SUJET C1

Vous êtes agent polyvalent de restauration dans un restaurant d'entreprise fabriquant des composants électroniques.

Vous devez réaliser, pour 12 personnes :

- Une préparation froide : tomates en fête (12 rations dont un plat témoin)

- Une préparation chaude : quenelles de la mer (12 rations dont un 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 à l'aide des fiches de fabrication.
- 3- Réaliser vos préparations en respectant les règles d'hygiène, d'ergonomie, de sécurité et les consignes données.
- 4- Réaliser le plat témoin de chacune des préparations.

Savoirs associés (oral 15 min)

S1 – Microbiologie appliquée

1. Vous avez procédé au refroidissement rapide des quenelles de brochet : indiquer les règles de refroidissement rapide et les justifier sur le plan microbiologique.

S2 – Sciences de l'alimentation

2. Vous avez utilisé des quenelles de brochet appertisées : préciser les conditions d'acceptation ou de refus à la réception et les conditions de stockage.

S3 – Connaissance des milieux professionnels :

3. Vous avez préparé des crudités : nommer les zones de préparation dans lesquelles vous avez travaillé – indiquer pour chaque zone s'il s'agit d'une zone propre ou sale – énoncer le principe de la marche en avant.
4. Énumérer 4 risques auxquels vous avez été exposé lors de la réalisation des préparations.

FICHES DE FABRICATION SUJET C1

Préparation froide : tomates en fête					
Ingrédients	Présentation	Quantité pour 12 personnes	Contrôle		Observations
			Conforme	Non conforme	
- Tomates fermes	Frais	12 pièces			
- Olives noires	Appertisé	½ boîte			
- Thon au naturel	Appertisé	0,3 kg			
- Maïs	Appertisé	0,3 kg			
- Mayonnaise prête à l'emploi		1 pot			
- Salade	4 ^{ème} gamme	1 sachet			
- Sel poivre		PM			
-					

Conditionnement : 12 barquettes individuelles

Préparation froide : tomates en fête	
Gamme opératoire	
Réalisation :	
<ul style="list-style-type: none"> - Vérifier, déconditionner et peser les denrées - Décontaminer les tomates - Évider les tomates - Mélanger le thon émietté, le maïs et la mayonnaise - Vérifier l'assaisonnement - Garnir chaque tomate du mélange – thon, maïs, mayonnaise - Tailler la salade en chiffonnade. 	
Conditionnement :	
<ul style="list-style-type: none"> - dresser sur assiettes individuelles, une tomate garnie, décorée d'une olive noire, sur un lit de salade en chiffonnade - Conditionner sur plateau et filmer - Stocker au froid. 	

Préparation chaude : quenelle de la mer					
Ingrédients	Présentation	Quantité pour 12 personnes	Contrôle		Observations
			Conforme	Non conforme	
Quenelle de brochet au naturel	Appertisé	12 ou 24 selon grosseur			
Moules décortiquées	Surgelé	0,300kg			
Crevettes décortiquées	Surgelé	0,300kg			
sauce béchamel	Déshydraté	pour 1 l de lait			
lait	U.H.T.	1 l			
crème fleurette	U.H.T.	0,1 l			
sel et poivre		P.M			

Préparation chaude : quenelle de la mer	
Gamme opératoire	
Réalisation :	
<ul style="list-style-type: none"> - Vérifier, déconditionner et peser les denrées - Chauffer les quenelles selon le mode d'emploi - Réaliser la sauce béchamel selon le mode d'emploi - Ajouter la crème fleurette, les moules et les crevettes dans la sauce et vérifier l'assaisonnement 	
Conditionnement :	
<ul style="list-style-type: none"> - prélever le plat témoin - Conditionner en barquettes thermoscellables de 2 portions, les quenelles et la sauce - stocker en liaison froide (compléter l'annexe 1) 	

FICHE CUISSON - REFROIDISSEMENT

Date :

Produit	Cuisson			Refroidissement				Observation
	Début	Fin		Début		Fin		
	H	H	T° C	H	T° C	H	T° C	

H = heure

T° C = température

SUJET D1

Vous êtes agent polyvalent de restauration dans un restaurant de collectivité.
Vous devez réaliser, pour 12 personnes :

- Une préparation froide : betteraves vinaigrette (12 rations dont un plat témoin)

- Une préparation chaude : filets de poisson sauce au beurre blanc (12 rations dont un plat témoin)

Consignes de travail :

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

Savoirs associés (oral 15 min)

S1 – Microbiologie appliquée

1. Lors de la préparation, vous avez prélevé un échantillon témoin. Justifier cette pratique et préciser la durée et les modalités de conservation de cet échantillon.

S2 – Sciences de l'alimentation

2. Repérer et citer les mentions obligatoires figurant sur l'emballage alimentaire de la salade verte.

S3 – Connaissance des milieux professionnels :

3. Identifier les risques professionnels encourus au cours du tranchage de la betterave, au moment de la cuisson du poisson, puis proposer des mesures de protection afin d'éviter ces risques.
4. Vous avez traité vos préparations en liaison chaude. Énoncer son principe.

FICHES DE FABRICATION SUJET D1

Préparation froide : betteraves vinaigrette					
Ingrédients	Présentation	Quantité pour 12 personnes	Contrôle		Observations
			Conforme	Non conforme	
- Betteraves cuites entières	Sous-vide	1,2 kg			
- Vinaigrette	Prêt à l'emploi	0,15 l			
- Persil haché	Surgelé	PM			
- Salade verte	4 ^{ème} gamme	0,3 kg			

Conditionnement : 12 barquettes individuelles

Préparation froide : betteraves vinaigrette	
Gamme opératoire	
Réalisation :	
<ul style="list-style-type: none"> - Déconditionner les denrées - Couper les betteraves en dés réguliers - Assaisonner 	
Conditionnement :	
<ul style="list-style-type: none"> - Prévoir le plat témoin - Dresser sur assiettes individuelles - Décorer - Filmer sur plateaux - Étiqueter - Stocker au frais 	

Préparation chaude : filets de poisson sauce au beurre blanc					
Ingrédients	Présentation	Quantité pour 12 personnes	Contrôle		Observations
			Conforme	Non conforme	
Filets de poisson	Surgelé	12 pièces			
Sauce au beurre blanc	Déshydraté	pour 1 L			
Beurre		0,500 kg			
Sel, poivre		P.M			

Préparation chaude : filets de poisson sauce au beurre blanc	
Gamme opératoire	
Réalisation :	
<ul style="list-style-type: none"> - Plaquer les filets de poisson dans des bacs gastronomes perforés - Assaisonner - Cuire au four vapeur - Vérifier la cuisson - Confectionner la sauce au beurre blanc selon le mode d'emploi 	
Conditionnement :	
<ul style="list-style-type: none"> - prélever le plat témoin - napper de sauce, les filets à la fin de la cuisson - stocker en liaison chaude 	