

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 5a

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

♦ **QUATRE QUARTS AU CITRON**
(Pâte levée à la levure chimique)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **SALADE COMPOSÉE AU RIZ**

Riz grain long	0,500 kg
Maïs	0,600 kg
Jambon blanc	0,400 kg
Carottes (râpées)	0,400 kg
Gruyère (en morceau)	0,400 kg
Laitue	1 unité
Huile	} à disposition
Vinaigre	
Moutarde	
Sel fin / Poivre	
Persil	

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 5a bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **QUATRE QUARTS AU CITRON**
(Pâte levée à la levure chimique)

Oeufs	3 unités
Sucre	0,180 kg
Farine	0,180 kg
Beurre	0,180 kg
Sel fin	1 pincée
Levure chimique	½ sachet
Citron	1 zeste + 1 cuil. à soupe de jus

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **SALADE COMPOSÉE DE RIZ**

Riz grain long	0,500 kg
Maïs	0,600 kg
Jambon blanc	0,400 kg
Carottes (râpées)	0,400 kg
Gruyère (morceau)	0,400 kg
Laitue	1 unité
Huile	} à disposition
Vinaigre	
Moutarde	
Sel fin / Poivre	
Persil	

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 5b

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

♦ **QUATRE QUARTS AU CITRON**
(Pâte levée à la levure chimique)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **CUISSES DE POULET CHASSEUR**
(Cuisson ragoût)

Cuisses de poulet surgelées	18 unités
Farine	0,100 kg
Huile	0,200 litre
Oignons	3 unités
Vin blanc sec	0,200 litre
Concentré de tomates	3 cuillères à soupe
Champignons de Paris (égouttés)	0,500 kg
Sel / Poivre	à disposition
Persil	à disposition

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 5b bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **QUATRE QUARTS AU CITRON**
(Pâte levée à la levure chimique)

Œufs	3 unités
Sucre	0,180 kg
Farine	0,180 kg
Beurre	0,180 kg
Sel fin	1 pincée
Levure chimique	½ sachet
Citron	1 zeste + 1 cuil. à soupe de jus

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **CUISSES DE POULET CHASSEUR**
(Cuisson ragoût)

Cuisses de poulet surgelées	18 unités
Farine	0,100 kg
Huile	0,200 litre
Oignons	3 unités
Vin blanc sec	0,200 litre
Concentré de tomates	3 cuillères à soupe
Champignons de Paris (égouttés)	0,500 kg
Sel / Poivre	à disposition
Persil	à disposition

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 5c

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

♦ **QUATRE QUARTS AU CITRON**
(Pâte levée à la levure chimique)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **GRATIN DAUPHINOIS**

Pommes de terre	4 kg
Lait	1,5 litre
Œufs	8 unités
Crème fraîche	0,500 litre
Gruyère râpé	0,500 kg
Beurre	0,150 kg
Muscade	à disposition
Sel / Poivre	à disposition

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 5c bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **QUATRE QUARTS AU CITRON**
(Pâte levée à la levure chimique)

Œufs	3 unités
Sucre	0,180 kg
Farine	0,180 kg
Beurre	0,180 kg
Sel fin	1 pincée
Levure chimique	½ sachet
Citron	1 zeste + 1 cuil. à soupe de jus

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **GRATIN DAUPHINOIS**

Pommes de terre	4 kg
Lait	1,5 litre
Œufs	8 unités
Crème fraîche	0,500 litre
Gruyère râpé	0,500 kg
Beurre	0,150 kg
Muscade	à disposition
Sel / Poivre	à disposition

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 5d

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

♦ **QUATRE QUARTS AU CITRON**
(Pâte levée à la levure chimique)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **CHOUQUETTES ET FRUITS AU SIROP**

Chouquettes :

Pâte à choux semi-préparée 2 sachets
(ex: pâte à choux Francine)

Eau

Selon le mode d'emploi

Œufs

Selon le mode d'emploi

Fruits :

Fruits au sirop en mélange 4 boites 4/4

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 5d bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **QUATRE QUARTS AU CITRON**
(Pâte levée à la levure chimique)

Œufs	3 unités
Sucre	0,180 kg
Farine	0,180 kg
Beurre	0,180 kg
Sel fin	1 pincée
Levure chimique	½ sachet
Citron	1 zeste + 1 cuil. à soupe de jus

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **CHOUQUETTES ET FRUITS AU SIROP**

Chouquettes :

Pâte à choux semi-préparée	2 sachets
(ex : pâte à choux Francine)	
Eau	Selon le mode d'emploi
Œufs	Selon le mode d'emploi

Fruits :

Fruits au sirop en mélange	4 boîtes 4/4
----------------------------	--------------

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 6a

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

♦ **TARTE AUX POMMES**
(Pâte brisée)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **TOMATES MACÉDOINE**

Tomates moyennes	18 unités
Macédoine de légumes	1 kg (poids égoutté)
Mayonnaise (prête à l'emploi)	} à disposition
Laitue	
Sel / Poivre	

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 6a bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ TARTE AUX POMMES**(Pâte Brisée)**Pâte Brisée :

Farine	0,200 kg
Margarine	0,100 kg
Sel fin	} à disposition
Sucre	
Eau	

Garniture :

Compote	0,250 kg
Pommes	0,600 kg
Nappage	à volonté

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ TOMATES MACÉDOINE

Tomates moyennes	18 unités
Macédoine de légumes	1 kg (poids égoutté)
Mayonnaise (prête à l'emploi)	} à disposition
Laitue	
Sel / Poivre	

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 6b

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

♦ **TARTE AUX POMMES**
(Pâte Brisée)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **ESCALOPES DE DINDE A LA CRÈME**

Escalopes de dinde	18 unités
Crème fraîche	1 litre
Fond de volaille facultatif	} à disposition
Huile	
Margarine	
Persil	
Sel / Poivre	

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 6b bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ TARTE AUX POMMES**(Pâte Brisée)**Pâte Brisée :

Farine	0,200 kg
Margarine	0,100 kg
Sel fin	} à disposition
Sucre	
Eau	

Garniture :

Compote	0,250 kg
Pommes	0,600 kg
Nappage	à volonté

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ ESCALOPES DE DINDE A LA CRÈME

Escalopes de dinde	18 unités
Crème fraîche	1 litre
Fond de volaille (facultatif)	} à disposition
Huile	
Margarine	
Persil	
Sel / Poivre	

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 6c

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

♦ **TARTE AUX POMMES**
(Pâte brisée)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **PÂTES AU GRATIN**

Pâtes	1 kg
Gros sel	à disposition
Beurre	0,100 kg
Gruyère	0,090 kg

Gratin :

Beurre	0,090 kg
Gruyère	0,090 kg

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 6c bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **TARTE AUX POMMES**
(Pâte brisée)

Pâte brisée :

Farine	0,200 kg
Margarine	0,100 kg
Sel fin	} à disposition
Sucre	
Eau	

Garniture :

Compote	0,250 kg
Pommes	0,600 kg
Nappage	à volonté

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ **PÂTES AU GRATIN**

Pâtes	1 kg
Gros sel	à disposition
Beurre	0,100 kg
Gruyère	0,090 kg

Gratin :

Gruyère	0,090 kg
Beurre	0,090 kg

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 1/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 6d

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

♦ TARTE AUX POMMES
(Pâte Brisée)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ SALADE DE FRUITS

Pommes	0,500 kg
Oranges	0,500 kg
Bananes	0,500 kg
Cerises au sirop	1 boîte 4/4
Kiwis	4 unités
Citrons	3 unités
Eau	1 litre
Sucre	0,500 kg
Kirsch	à disposition

Vous devez établir l'organisation de votre travail :

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

C.A.P. EMPLOYÉ TECHNIQUE DE COLLECTIVITÉS

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

page 2/2

Durée : 4 heures

Coefficient : 3 avec distribution des repas

SUJET 6d bis

1) Vous réalisez pour 6 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ TARTE AUX POMMES**(Pâte brisée)**Pâte brisée :

Farine	0,200 kg
Margarine	0,100 kg
Sel fin	} à disposition
Sucre	
Eau	

Garniture :

Compote	0,250 kg
Pommes	0,600 kg
Nappage	à volonté

2) Vous réalisez pour 18 rationnaires le plat suivant à l'aide des ingrédients cités :

♦ SALADE DE FRUITS

Pommes	0,500 kg
Oranges	0,500 kg
Bananes	0,500 kg
Cerises au sirop	1 boîte 4/4
Kiwis	4 unités
Citrons	3 unités
Eau	1 litre
Sucre	0,500 kg
Kirsch	à disposition