



**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 7a**

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

**♦ CHOUX A LA CRÈME PÂTISSIÈRE**

**Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.**

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

**♦ CRUDITÉS VARIÉES**

Tomates moyennes	1 kg
Carottes	1 kg
Concombres	1 kg
Huile	} à volonté
Vinaigre	
Moutarde	
Persil frais	
Sel fin / Poivre moulu	

**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 7a bis**

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

**♦ CHOUX A LA CRÈME PÂTISSIÈRE**Choux :

Farine	0,200 kg
Beurre	0,100 kg
Eau	0,300 kg
Œufs	5 unités
Sel fin	pour mémoire
Sucre	pour mémoire

Crème pâtissière :

Poudre crème pâtissière	pour 1 litre de lait
Lait	1 litre
Autres ingrédients	selon le mode d'emploi
Parfum	au choix
Fondant	à disposition

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

**♦ CRUDITÉS VARIÉES**

Tomates moyennes	1 kg
Carottes	1 kg
Concombres	1 kg
Huile	} à volonté
Vinaigre	
Moutarde	
Persil frais	
Sel fin / Poivre moulu	

**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 7b**

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

**♦ CHOUX A LA CRÈME PÂTISSIÈRE**

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

**♦ ESCALOPES DE DINDE PANÉES**

Escalopes de dinde 18 unités

**Panure :**

Farine à volonté  
Œufs 12 unités  
Huile 100 ml  
Chapelure à volonté  
Sel fin / Poivre moulu à disposition

**Sauté :**

Huile 600 ml

**Décoration :**

Citrons 4 unités  
Persil frais 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 7b bis**

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

**♦ CHOUX A LA CRÈME PÂTISSIÈRE**Choux :

Farine	0,200 kg
Beurre	0,100 kg
Eau	0,300 kg
Œufs	5 unités
Sel fin	pour mémoire
Sucre	pour mémoire

Crème pâtissière :

Poudre crème pâtissière	pour 1 litre de lait
Lait	1 litre
Autres ingrédients	selon le mode d'emploi
Parfum	au choix
Fondant	à disposition

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

**♦ ESCALOPES DE DINDE PANÉES**

Escalopes de dinde	18 unités
--------------------	-----------

Panure :

Farine	à volonté
Œufs	12 unités
Huile	100 ml
Chapelure	à volonté
Sel fin / Poivre moulu	à disposition

Sauté :

Huile	600 ml
-------	--------

Décoration :

Citrons	4 unités
Persil frais	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 7c**

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

**♦ CHOUX A LA CRÈME PÂTISSIÈRE**

**Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.**

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

**♦ ÉPINARDS SAUCE BÉCHAMEL**

Epinards en branches surgelés 3 kg  
Gros sel pour mémoire

**Sauce béchamel :**

Lait 1,5 litre  
Beurre 0,100 kg  
Farine 0,100 kg  
Sel fin / Poivre moulu pour mémoire  
Muscade râpée pour mémoire

**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 7c bis**

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

**♦ CHOUX A LA CRÈME PÂTISSIÈRE**Choux :

Farine	0,200 kg
Beurre	0,100 kg
Eau	0,300 kg
Œufs	5 unités
Sel fin	pour mémoire
Sucre	pour mémoire

Crème pâtissière :

Poudre crème pâtissière	pour 1 litre de lait
Lait	1 litre
Autres ingrédients	selon le mode d'emploi
Parfum	au choix
Fondant	à disposition

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

**♦ ÉPINARDS SAUCE BÉCHAMEL**

Epinards en branches surgelés	3 kg
Gros sel	pour mémoire

Sauce béchamel :

Lait	1,5 litre
Beurre	0,100 kg
Farine	0,100 kg
Sel fin / Poivre moulu	pour mémoire
Muscade râpée	pour mémoire

**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 7d**

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

**♦ CHOUX A LA CRÈME PÂTISSIÈRE**

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

**♦ CRÊPES SUCRÉES**

Farine	0,500 kg
Œufs	7 unités
Lait	1 litre
Vanille liquide	} à disposition
Sucre	
Sel fin	
Huile pour cuisson	0,090 litre

**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 7d bis**

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

**♦ CHOUX A LA CRÈME PÂTISSIÈRE**Choux :

Farine	0,200 kg
Beurre	0,100 kg
Eau	0,300 kg
Œufs	5 unités
Sel fin	pour mémoire
Sucre	pour mémoire

Crème pâtissière :

Poudre crème pâtissière	pour 1 litre de lait
Lait	1 litre
Autres ingrédients	selon le mode d'emploi
Parfum	au choix
Fondant	à disposition

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

**♦ CRÊPES SUCRÉES**

Farine	0,500 kg
Œufs	7 unités
Lait	1 litre
Vanille liquide	} à disposition
Sucre	
Sel fin	
Huile pour cuisson	0,090 litre

**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 8a**

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

**♦ COQUILLES DE POISSON MAYONNAISE**

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

**♦ QUICHE LORRAINE**

Pâte brisée non abaissée 1,250 kg

**Appareil à flan :**

Lait	0,900 litre
Œufs	9 unités
Crème fraîche	0,300 kg
Sel fin / Poivre blanc	pour mémoire
Muscade râpée	pour mémoire

**Garniture :**

Poitrine de porc fumée	0,300 kg
Huile	0,100 litre
Emmental râpé	0,300 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 8a bis**

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

**♦ COQUILLE DE POISSON MAYONNAISE**

Poisson surgelé	0,750 kg	
Laitue	½ unité	
Tomates	2 unités	
Olives noires		} à disposition
Mayonnaise		
Court bouillon instantané		

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

**♦ QUICHE LORRAINE**

Pâte brisée non abaissée 1,250 kg

Appareil à flan :

Lait	0,900 litre
Œufs	9 unités
Crème fraîche	0,300 kg
Sel fin / Poivre blanc	pour mémoire
Muscade râpée	pour mémoire

Garniture :

Poitrine de porc fumée	0,300 kg
Huile	0,100 litre
Emmental râpé	0,300 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 8b**

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

**♦ COQUILLES DE POISSON MAYONNAISE**

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

**♦ PORC BRAISÉ**

Epaule de porc	3 kg
Huile	à disposition
Oignons	0,300 kg
Carottes	0,300 kg
Vin blanc sec	0,200 litre
Eau pour sauce fond de viande	1 litre
Sel fin / Poivre moulu	pour mémoire
Bouquet garni	2 unités

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 8b bis**

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

**♦ COQUILLE DE POISSON MAYONNAISE**

Poisson surgelé	0,750 kg
Laitue	½ unité
Tomates	2 unités
Olives noires	} à disposition
Mayonnaise	
Court bouillon instantané	

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

**♦ PORC BRAISÉ**

Epaule de porc	3 kg
Huile	à disposition
Oignons	0,300 kg
Carottes	0,300 kg
Vin blanc sec	0,200 litre
Eau pour sauce fond de viande	1 litre
Sel fin / Poivre moulu	pour mémoire
Bouquet garni	2 unités

**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 8c**

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

**♦ COQUILLES DE POISSON MAYONNAISE**

**Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.**

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

**♦ GRATIN DE CHOU-FLEUR SAUCE MORNAY**

Chou-fleur surgelé	5 kg
Gros sel	pour mémoire

**Sauce Mornay :**

Lait	1,5 litre
Beurre	0,100 kg
Farine	0,100 kg
Emmental râpé	0,150 kg
Œufs	3 jaunes
Sel fin / Poivre blanc	pour mémoire
Muscade râpée	pour mémoire

**Gratin :**

Emmental râpé	0,100 kg
Beurre	0,050 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 8c bis**

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

**♦ COQUILLE DE POISSON MAYONNAISE**

Poisson surgelé	0,750 kg	
Laitue	½ unité	
Tomates	2 unités	
Olives noires	} à disposition	
Mayonnaise		
Court bouillon instantané		

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

**♦ GRATIN DE CHOU-FLEUR SAUCE MORNAY**

Chou-fleur surgelé	5 kg
Gros sel	pour mémoire
<u>Sauce Mornay :</u>	
Lait	1,5 litre
Beurre	0,100 kg
Farine	0,100 kg
Emmental râpé	0,150 kg
Œufs	3 jaunes
Sel fin / Poivre blanc	pour mémoire
Muscade râpée	pour mémoire
<u>Gratin :</u>	
Emmental râpé	0,100 kg
Beurre	0,050 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 8d**

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

**♦ COQUILLES DE POISSON MAYONNAISE**

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

**♦ BABA AU RHUM**

Babas secs 18 unités

**Sirop :**

Eau 2 litres  
Sucre 0,400 kg  
Rhum 0,300 litre

**Crème pâtissière :**

Crème pâtissière instantanée pour 0,750 litre  
Lait 0,750 litre  
Sucre en fonction du mode d'emploi  
Œufs en fonction du mode d'emploi  
Fruits confits à disposition  
Nappage 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 8d bis**

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

♦ **COQUILLE DE POISSON MAYONNAISE**

Poisson surgelé	0,750 kg
Laitue	½ unité
Tomates	2 unités
Olives noires	} à disposition
Mayonnaise	
Court bouillon instantané	

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

♦ **BABA AU RHUM**

Babas secs	18 unités
<u>Sirop :</u>	
Eau	2 litres
Sucre	0,400 kg
Rhum	0,300 litre
<u>Crème pâtissière :</u>	
Crème pâtissière instantanée	pour 0,750 litre
Lait	0,750 litre
Sucre	en fonction du mode d'emploi
Œufs	en fonction du mode d'emploi
Fruits confits	à disposition
Nappage	à disposition