

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 9a

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

♦ **TARTE ALSACIENNE AUX MIRABELLES**
(Pâte brisée)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **CREPES AU JAMBON ET SAUCE MORNAY**

Pâte à crêpes :

Farine	0,750 kg
Œufs	8 unités
Lait	1,5 litre
Sel fin	à disposition
Huile	0,150 litre

Sauce Mornay :

Lait	1,5 litre
Beurre	0,150 kg
Farine	0,150 kg
Emmental râpé	0,150 kg
Sel fin / Poivre blanc	à disposition
Muscade râpée	à disposition
Jambon blanc	0,400 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 9a bis

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

♦ **TARTE ALSACIENNE AUX MIRABELLES**
(Pâte Brisée)

Pâte Brisée :

Farine	0,250 kg
Margarine	0,125 kg
Eau	à volonté
Sucre	à disposition
Sel fin	à disposition

Appareil :

Mirabelles	1 bocal
Œufs	2 unités
Sucre	0,050 kg
Lait	0,200 litre
Crème fraîche	0,100 litre
Vanille liquide	} à disposition
Sucre glace	
Cannelle	

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

♦ **CREPES AU JAMBON ET SAUCE MORNAY**

Pâte à crêpes :

Farine	0,750 kg
Œufs	8 unités
Lait	1,5 litre
Sel fin	à disposition
Huile	0,150 litre

Sauce Mornay :

Lait	1,5 litre
Beurre	0,150 kg
Farine	0,150 kg
Emmental râpé	0,150 kg
Sel fin / Poivre blanc	à disposition
Muscade râpée	à disposition
Jambon blanc	0,400 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 9b

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

♦ **TARTE ALSACIENNE AUX MIRABELLES**
(Pâte brisée)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **PAUPIETTES DE DINDE BRAISÉES**

Paupiettes de dinde	18 unités
Huile	0,150 litre
Margarine	0,100 kg
Oignons	0,250 kg
Vin blanc sec	0,150 litre
Eau pour sauce fond de viande	0,750 litre
Fond	en fonction de la quantité d'eau
Sel fin / 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 9b bis

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

**♦ TARTE ALSACIENNE AUX MIRABELLES
(Pâte Brisée)**

Pâte Brisée :

Farine	0,250 kg
Margarine	0,125 kg
Eau	à volonté
Sucre	à disposition
Sel fin	à disposition

Appareil :

Mirabelles	1 bocal
Œufs	2 unités
Sucre	0,050 kg
Lait	0,200 litre
Crème fraîche	0,100 litre
Vanille liquide	} à disposition
Sucre glace	
Cannelle	

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

♦ PAUPIETTES DE DINDE BRAISÉES

Paupiettes de dinde	18 unités
Huile	0,150 litre
Margarine	0,100 kg
Oignons	0,250 kg
Vin blanc sec	0,150 litre
Eau pour sauce fond de viande	0,750 litre
Fond	en fonction de la quantité d'eau
Sel fin / 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 9c

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

♦ **TARTE ALSACIENNE AUX MIRABELLES**
(Pâte brisée)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **GRATIN DE BROCOLIS**

Brocolis surgelés	3,6 kg
<u>Sauce béchamel :</u>	
Lait	2 litres
Farine	0,200 kg
Margarine	0,200 kg
Sel fin / Poivre	à disposition
Muscade râpée	à disposition
<u>Gratin :</u>	
Emmental râpé	0,300 kg
Beurre	0,060 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 9c bis

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

♦ **TARTE ALSACIENNE AUX MIRABELLES**
(Pâte Brisée)

Pâte Brisée :

Farine	0,250 kg
Margarine	0,125 kg
Eau	à volonté
Sucre	à disposition
Sel fin	à disposition

Appareil :

Mirabelles	1 bocal
Œufs	2 unités
Sucre	0,050 kg
Lait	0,200 litre
Crème fraîche	0,100 litre
Vanille liquide	} à disposition
Sucre glace	
Cannelle	

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

♦ **GRATIN DE BROCOLIS**

Brocolis	3,6 kg
----------	--------

Sauce béchamel :

Lait	2 litres
Margarine	0,200 kg
Farine	0,200 kg
Sel fin / Poivre	à disposition
Muscade râpée	à disposition

Gratin :

Emmental râpé	0,300 kg
Beurre	0,060 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 9d

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

♦ **TARTE ALSACIENNE AUX MIRABELLES**
(Pâte brisée)

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ **ÉCLAIRS AU CHOCOLAT**

Eclairs secs 18 unités

Crème pâtissière :

Lait 1,5 litre

Poudre crème pâtissière à chaud selon la quantité de lait

Chocolat couverture en pastille selon la quantité de lait

Décoration :

Fondant (+ chocolat en pastilles)

Chocolat couverture

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 9d bis

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

**♦ TARTE ALSACIENNE AUX MIRABELLES
(Pâte Brisée)**

Pâte Brisée :

Farine	0,250 kg
Margarine	0,125 kg
Eau	à volonté
Sucre	à disposition
Sel fin	à disposition

Appareil :

Mirabelles	1 bocal
Œufs	2 unités
Sucre	0,050 kg
Lait	0,200 litre
Crème fraîche	0,100 litre
Vanille liquide	} à disposition
Sucre glace	
Cannelle	

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

♦ ÉCLAIRS AU CHOCOLAT

Eclairs secs 18 unités

Crème pâtissière :

Lait	1,5 litre
Poudre crème pâtissière à chaud	selon la quantité de lait
Chocolat couverture en pastille	selon la quantité de lait

Décoration :

Fondant (+ chocolat en pastilles)
Couverture

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 10a

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

♦ SALADE COMPOSÉE

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 1,5 kg

Appareil :

Lait	1 litre
Œufs	8 unités
Poitrine fumée	0,300 kg
Gruyère râpé	0,300 kg
Sel / Poivre	à disposition
Muscade	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 10a bis

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

♦ SALADE COMPOSÉE

Concombre	1 unité
Tomates	3 unités
Betteraves rouges	0,300 kg
Maïs	0,250 kg
Huile	} à disposition
Vinaigre	
Moutarde	
Echalotes	
Sel / Poivre	

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

♦ QUICHE LORRAINE

Pâte Brisée non abaissée 1,5 kg

Appareil :

Lait	1 litre
Œufs	8 unités
Poitrine fumée	0,300 kg
Gruyère râpé	0,300 kg
Sel / Poivre	à disposition
Muscade	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 10b

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

♦ SALADE COMPOSÉE

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ GRATIN DE POISSON

Poisson surgelé (pavés ou filets) 3,5 kg

Eau à volonté

Court bouillon instantané en fonction de la quantité d'eau

Sauce blanche :

Farine 0,200 kg

Margarine 0,200 kg

Court bouillon 2 litres

Gruyère râpé 0,300 kg

Sel / Poivre à disposition

Muscade 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 10b bis

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

♦ SALADE COMPOSÉE

Concombre	1 unité
Tomates	3 unités
Betteraves rouges	0,300 kg
Maïs	0,250 kg
Huile	} à disposition
Vinaigre	
Moutarde	
Echalotes	
Sel / Poivre	

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

♦ GRATIN DE POISSON

Poisson surgelé (pavés ou filets)	3,5 kg
Eau	à volonté
Court bouillon instantané	en fonction de la quantité d'eau

Sauce blanche :

Farine	0,200 kg
Margarine	0,200 kg
Court bouillon	2 litres
Gruyère râpé	0,300 kg
Sel / Poivre	à disposition
Muscade	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 10c

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

♦ SALADE COMPOSÉE

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ PURÉE DE POMMES DE TERRE

Pommes de terre	5 kg
Lait	1,5 litre (et à disposition si nécessaire)
Beurre	0,100 kg
Sel fin / Gros sel	à disposition
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 10c bis

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

♦ SALADE COMPOSÉE

Concombre	1 unité
Tomates	3 unités
Betteraves rouges	0,300 kg
Maïs	0,250 kg
Huile	} à disposition
Vinaigre	
Moutarde	
Echalotes	
Sel / Poivre	

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

♦ PURÉE DE POMMES DE TERRE

Pommes de terre	5 kg
Lait	1,5 litre (et à disposition si nécessaire)
Beurre	0,100 kg
Sel fin / Gros sel	à disposition
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 10d

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

♦ SALADE COMPOSÉE

Donnez la liste des ingrédients nécessaires pour réaliser ce plat.

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

♦ CRÈME RENVERSÉE AU CARMELCrème renversée :

Lait	2 litres et ¼ de litre
Œufs	18 unités
Sucre en poudre	0,350 kg
Vanille liquide	0,040 litre

Caramel :

Sucre semoule	0,200 kg
Eau	6 cl

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 10d bis

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

♦ SALADE COMPOSÉE

Concombre	1 unité
Tomates	3 unités
Betteraves rouges	0,300 kg
Maïs	0,250 kg
Huile	} à disposition
Vinaigre	
Moutarde	
Echalotes	
Sel / Poivre	

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

♦ CRÈME RENVERSÉE AU CARMELCrème renversée :

Lait	2 litres et ¼ de litre
Œufs	18 unités
Sucre en poudre	0,350 kg
Vanille liquide	0,040 kg

Caramel :

Sucre semoule	0,200 kg
Eau	6 cl