

RÉFÉRENTIEL DES ACTIVITÉS PROFESSIONNELLES

Définition

Le titulaire de la mention complémentaire *art de la cuisine allégée* est un professionnel qualifié en production culinaire spécialisé dans la cuisine équilibrée au plan nutritionnel, esthétique et gustative. Dans le cadre de ce métier, il sera en mesure d'adapter les techniques culinaires, de choisir les produits appropriés à la prestation recherchée et de répondre aux attentes spécifiques de la clientèle.

Contexte professionnel

Le titulaire de la mention complémentaire *art de la cuisine allégée* intervient en France et à l'étranger dans les établissements mettant en place une cuisine de qualité pour répondre aux besoins de la clientèle soucieuse de bien-être.

Le champ professionnel s'exerce autour de plusieurs axes :

- la connaissance de produits alimentaires nouveaux et anciens,
- la maîtrise des techniques culinaires de base et spécifiques au type de cuisine développée dans les différentes entreprises du secteur professionnel impliqué,
- l'utilisation et l'entretien des locaux, mobiliers, matériels...
- la mise en œuvre d'un contrôle qualité,
- la connaissance et l'application de la réglementation en vigueur en matière d'hygiène et de sécurité.

De plus, en complément à tous ces aspects techniques, pour exercer son métier et pour lui permettre de progresser dans son contexte professionnel, le titulaire de la mention complémentaire *art de la cuisine allégée* doit posséder une bonne culture générale et professionnelle et une bonne connaissance de l'environnement touristique, historique et gastronomique afin de personnaliser ses réalisations culinaires. Sous le contrôle de sa hiérarchie, il applique la politique commerciale de l'entreprise et assure la promotion de celle-ci. Il contribue à l'image de marque de l'établissement dans lequel il travaille.

Emploi

L'emploi visé à l'issue de la formation est celui de cuisinier. Sa spécialisation et son expérience lui permettront toutefois d'évoluer rapidement vers des postes à plus grandes responsabilités.

Entreprise

Le titulaire de la mention complémentaire est un cuisinier spécialisé qui maîtrise les techniques culinaires de base et les techniques spécifiques au type de cuisine développée dans :

- les établissements de thalassothérapie,
- les établissements de stations thermales,
- les établissements de remise en forme, balnéothérapie, spa,
- les établissements offrant des prestations de cuisine allégée (restauration traditionnelle et restauration collective...).

Conditions de travail

Le titulaire de la mention complémentaire *art de la cuisine allégée* peut être amené à travailler en horaires décalés, en fin de semaine et les jours fériés. L'environnement professionnel dans lequel s'exerce l'activité exige un comportement et une tenue adaptés, le respect des règles d'hygiène et de sécurité et une bonne résistance physique.

Fonctions

Le titulaire de la mention complémentaire *art de la cuisine allégée* intervient dans les fonctions suivantes :

- Organisation
- Réalisation de la production
- Contrôle
- Innovation et transfert
- Communication

FONCTION 1 : ORGANISATION	
TÂCHES	
	<p>Les tâches sont réalisées dans le respect de l'environnement, des règles d'hygiène et de prévention des risques professionnels et en fonction du type d'établissement.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Planifier son travail dans le temps et dans l'espace • Déterminer les besoins en matériels spécifiques • Identifier les contraintes avec l'aide du supérieur hiérarchique • Gérer les situations particulières
CONDITIONS D'EXERCICE	
	<p><u>Moyens et ressources</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Plan alimentaire • Planning de production • Fiches clients • Fiches techniques de cuisine allégée • Locaux et matériels • Consignes • Modes opératoires
	<p><u>Liaisons – Relations</u> <i>Internes</i></p>
	<p><u>Autonomie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Évolutive dans la prise d'initiative professionnelle en fonction des instructions et des consignes données par la hiérarchie
RÉSULTATS ATTENDUS	
	<ul style="list-style-type: none"> • Adéquation entre organisation et gestion spécifiques en vue d'une production de cuisine allégée.

FONCTION 2 : RÉALISATION DE LA PRODUCTION	
Sous fonction 2.1 Préparations préliminaires spécifiques	
TÂCHES	
	<p>Les tâches sont réalisées dans le respect de l'environnement, des règles d'hygiène et de prévention des risques professionnels et en fonction du type d'établissement.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dégraisser, parer, tailler les viandes et les poissons • Peser, mesurer les aliments suivant les recettes spécifiques à la cuisine allégée • Portionner les denrées en fonction de leurs valeurs énergétiques • Tailler et préparer les fruits et légumes en respectant leurs valeurs nutritionnelle et organoleptique • Dessaler ou réhydrater les produits spécifiques
CONDITIONS D'EXERCICE	
	<p><u>Moyens et ressources</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fiches produits • Fiches techniques valorisées et personnalisées • Fiches techniques avec valeurs énergétiques • Matériels de pesée et de mesure • Produits bruts et semi élaborés • Produits frais
	<p><u>Liaisons – Relations</u> <i>Internes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Liaison avec l'équipe, la hiérarchie, les services de l'entreprise
	<p><u>Autonomie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Évolutive dans la prise d'initiative professionnelle en fonction des instructions et des consignes données par la hiérarchie
RÉSULTATS ATTENDUS	
	<ul style="list-style-type: none"> • Les préparations préliminaires sont conformes aux consignes et instructions propres à la cuisine allégée et tiennent compte des besoins spécifiques du client.

FONCTION 2 : RÉALISATION DE LA PRODUCTION	
Sous fonction 2.2 Cuissons spécifiques	
TÂCHES	
	<p>Les tâches sont réalisées dans le respect de l'environnement, des règles d'hygiène et de prévention des risques professionnels et en fonction du type d'établissement.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuire sans ajout de matière grasse (griller, rôtir, sauter...) • Réaliser les types de cuissons adaptés à la cuisine allégée (à la vapeur, à l'eau de mer, à juste température, à la plancha, en croûte, à l'argile, pocher...)
CONDITIONS D'EXERCICE	
	<p><u>Moyens et ressources</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Produits semi élaborés ou finis • Fiches techniques de fabrication • Tableau de cuisson (température/temps) • Matériels de cuisson spécifique : poêle anti-adhésive, wok, feuille de cuisson, panier bambou, four mixte... • Matériels spécifiques à la cuisson à juste température • Sonde de température • Minuteur
	<p><u>Liaisons – Relations</u> <i>Internes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Liaison avec l'équipe, la hiérarchie, les services de l'entreprise
	<p><u>Autonomie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Évolutive dans la prise d'initiative professionnelle en fonction des instructions et des consignes données par la hiérarchie
RÉSULTATS ATTENDUS	
	<ul style="list-style-type: none"> • Les cuissons conformes aux contraintes de la cuisine allégée préservent les valeurs et propriétés naturelles des produits (aspect, texture, goût...).

FONCTION 2 : RÉALISATION DE LA PRODUCTION	
Sous fonction 2.3 Appareils, fonds et sauces	
TÂCHES	
	<p>Les tâches sont réalisées dans le respect de l'environnement, des règles d'hygiène et de prévention des risques professionnels et en fonction du type d'établissement.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Réaliser les fonds de base en cuisine allégée • Réaliser les sauces chaudes et froides de base en cuisine allégée • Réaliser une liaison (purée de légumes, purée de fruits ou par réduction) • Réaliser des marinades et des farces en cuisine allégée • Utiliser des additifs alimentaires : agents de texture, de saveurs, épaississant... • Utiliser des produits dégraissés, pauvres en matière grasse ou allégés • Utiliser les épices, aromates et condiments
CONDITIONS D'EXERCICE	
	<p><u>Moyens et ressources</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fiches techniques de fabrication • Produits de substitution • Produits semi élaborés • Centrifugeuse • Mixeur plongeant • Mixeur chauffant • Matériels spécifiques
	<p><u>Liaisons – Relations</u> <i>Internes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Liaison avec l'équipe, la hiérarchie, les services de l'entreprise
	<p><u>Autonomie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Évolutive dans la prise d'initiative professionnelle en fonction des instructions et des consignes données par la hiérarchie
RÉSULTATS ATTENDUS	
	<ul style="list-style-type: none"> • Les appareils, les fonds et les sauces sont conformes aux exigences de la cuisine allégée.

FONCTION 2 : RÉALISATION DE LA PRODUCTION	
Sous fonction 2.4 Pâtisseries et desserts allégés	
TÂCHES	
	<p>Les tâches sont réalisées dans le respect de l'environnement, des règles d'hygiène et de prévention des risques professionnels et en fonction du type d'établissement.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peser, mesurer les denrées selon les différentes recettes • Confectionner un biscuit sans farine • Utiliser des sucres simples (fructose ou sucres d'origine) • Confectionner un sirop et sorbet • Élaborer un entremets à partir d'une mousse • Utiliser des sucres allégés ou substituts de sucre • Intégrer les algues dans les desserts • Élaborer les crèmes et sauces de bases allégées • Utiliser les pâtes (filo, brick, galette de riz, raviole...) pauvres en matière grasse
CONDITIONS D'EXERCICE	
	<p><u>Moyens et ressources</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fiches techniques de fabrication • Produits frais • Produits bruts et semi élaborés • Sorbetière • Moule anti-adhésif • Feuille anti-adhésive • Mixeur chauffant • Balance de précision • Matériels spécifiques
	<p><u>Liaisons – Relations</u> <i>Internes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Liaison avec l'équipe, la hiérarchie, les services de l'entreprise
	<p><u>Autonomie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Évolutive dans la prise d'initiative professionnelle en fonction des instructions et des consignes données par la hiérarchie
RÉSULTATS ATTENDUS	
	<ul style="list-style-type: none"> • Les productions sont conformes aux exigences de la pâtisserie (salée, sucrée) et des desserts allégés.

FONCTION 3 : CONTRÔLE	
Sous fonction 3.1 Contrôle avant la réalisation	
TÂCHES	
	<p>Les tâches sont réalisées dans le respect de l'environnement, des règles d'hygiène et de prévention des risques professionnels et en fonction du type d'établissement.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifier les produits • Vérifier qualitativement et quantitativement les produits en fonction des contraintes • Contrôler l'origine, les appellations, les DLC (Date limite de consommation) et DLUO (Date limite d'utilisation optimale) et les températures • Vérifier la valeur nutritionnelle des produits semi élaborés
CONDITIONS D'EXERCICE	
	<p><u>Moyens et ressources</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fiches produits • Tableau des valeurs énergétiques • Mercuriale • Fiches de procédure
	<p><u>Liaisons – Relations</u> <i>Internes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Liaison avec l'équipe, la hiérarchie, les services de l'entreprise
	<p><u>Autonomie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Évolutive dans la prise d'initiative professionnelle en fonction des instructions et des consignes données par la hiérarchie
RÉSULTATS ATTENDUS	
	<ul style="list-style-type: none"> • Les produits sont conformes à la réalisation d'une cuisine allégée (quantité, qualité, origine, valeur nutritionnelle...).

FONCTION 3 : CONTRÔLE Sous fonction 3.2 Contrôle pendant la production	
TÂCHES	
	<p>Les tâches sont réalisées dans le respect de l’environnement, des règles d’hygiène et de prévention des risques professionnels de sécurité en fonction du type d’établissement.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vérifier l’application de la législation en vigueur • Vérifier le respect des consignes adaptées au traitement des denrées • Procéder aux différents autocontrôles à chaque stade de fabrication • Goûter et rectifier à chaque stade de la réalisation
CONDITIONS D’EXERCICE	
	<p><u>Moyens et ressources</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fiches produits • Fiches techniques de fabrication • Sonde de température • Fiches de procédure
	<p><u>Liaisons – Relations</u> <i>Internes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Liaison avec l’équipe, la hiérarchie, les services de l’entreprise
	<p><u>Autonomie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Évolutive dans la prise d’initiative professionnelle en fonction des instructions et des consignes données par la hiérarchie
RÉSULTATS ATTENDUS	
	<ul style="list-style-type: none"> • La production est conforme à la fiche technique de fabrication.

FONCTION 3 : CONTRÔLE Sous fonction 3.3 Distribution envoi	
TÂCHES	
	<p>Les tâches sont réalisées dans le respect de l'environnement, des règles d'hygiène et de prévention des risques professionnels et en fonction du type d'établissement.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Contrôler la température et vérifier la cuisson • Goûter et rectifier les assaisonnements • Contrôler les quantités dressées • Appliquer les consignes de dressage
CONDITIONS D'EXERCICE	
	<p><u>Moyens et ressources</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fiches techniques de fabrication • Assiette test • Photos • Croquis • Micro-ordinateur et logiciels
	<p><u>Liaisons – Relations</u> <i>Internes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Liaison avec l'équipe, la hiérarchie, les services de l'entreprise
	<p><u>Autonomie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Évolutive dans la prise d'initiative professionnelle en fonction des instructions et des consignes données par la hiérarchie
RÉSULTATS ATTENDUS	
	<ul style="list-style-type: none"> • Les actions correctives sont repérées et traitées à partir des instructions données et en fonction de la demande du client.

FONCTION 4 : INNOVATION ET TRANSFERT	
TÂCHES	
	<p>Les tâches sont réalisées dans le respect de l'environnement, des règles d'hygiène et de prévention des risques professionnels et en fonction du type d'établissement.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Transformer les recettes classiques en recettes allégées • Adopter un vocabulaire valorisant la cuisine allégée • Élargir la palette des produits utilisés proches ou lointains • Procéder à une analyse sensorielle • Participer à l'élaboration de recettes innovantes en cuisine allégée
CONDITIONS D'EXERCICE	
	<p><u>Moyens et ressources</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Internet, presse spécialisée et ouvrages • Fiches techniques classiques • Fiches techniques allégées • Supports de dressage variés • Table de constitution des aliments • Règles de graphisme • Harmonisation de couleurs, formes, dispositions, 3D
	<p><u>Liaisons – Relations</u></p> <p><i>Internes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Liaison avec l'équipe, la hiérarchie, les services de l'entreprise <p><i>Externes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Salons
	<p><u>Autonomie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Évolutive dans la prise d'initiative professionnelle en fonction des instructions et des consignes données par la hiérarchie
RÉSULTATS ATTENDUS	
	<ul style="list-style-type: none"> • Les nouvelles tendances de consommation doivent permettre de satisfaire la clientèle et d'obtenir un bon niveau des ventes.

FONCTION 5 : COMMUNICATION Sous fonction 5.1 Interne	
TÂCHES	
	<ul style="list-style-type: none"> • Communiquer avec les collaborateurs et la hiérarchie • Communiquer avec les personnels spécialisés • Rendre compte de son activité et justifier ses choix
CONDITIONS D'EXERCICE	
	<p><u>Moyens et ressources</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fiches techniques • Fiches clients • Fiches de liaison avec le restaurant • Cartes des mets
	<p><u>Liaisons – Relations</u> <i>Internes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Liaison avec l'équipe, la hiérarchie, les services de l'entreprise
	<p><u>Autonomie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Évolutive dans la prise d'initiative professionnelle en fonction des instructions et des consignes données par la hiérarchie
RÉSULTATS ATTENDUS	
	<ul style="list-style-type: none"> • Adaptation aux différentes situations de communication interne.

FONCTION 5 : COMMUNICATION Sous fonction 5.2 Externe	
TÂCHES	
	<ul style="list-style-type: none"> • Participer à l'élaboration des supports (fiches techniques, aide à l'argumentation de vente...) • Communiquer oralement avec le client (langage adapté)
CONDITIONS D'EXERCICE	
	<p><u>Moyens et ressources</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Outil informatique, logiciels • Matériels audio visuels (appareil photo, caméra...) • Outil Internet • Cartes de restaurant • Publications professionnelles
	<p><u>Liaisons – Relations</u></p> <p><i>Externes</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Clients • Partenaires extérieurs
	<p><u>Autonomie</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Évolutive dans la prise d'initiative professionnelle en fonction des instructions et des consignes données par la hiérarchie
RÉSULTATS ATTENDUS	
	<ul style="list-style-type: none"> • Adaptation aux différentes situations de communication externe.