Intitulé de la formation

Initiation et perfectionnement à la cuisine coréenne professionnelle - Approche opérationnelle, saine et éco-responsable

Objectifs de la formation

Cette formation permet aux participants d'acquérir les bases opérationnelles de la cuisine coréenne en restauration, en maîtrisant les techniques de préparation, d'organisation de la production et d'adaptation aux contraintes professionnelles.

Elle intègre une approche de cuisine saine, de gestion raisonnée des ressources et de réduction du gaspillage, en cohérence avec les compétences du RS 6725.

Public concerné

- Professionnels de la restauration (cuisiniers, commis, chefs d'équipe)
- Salariés du secteur HCR souhaitant développer une offre de cuisine coréenne
- Porteurs de projet ou responsables de production en restauration

Pré-requis

- Aucun prérequis technique
- Une expérience ou un poste en restauration est recommandé

Durée et modalités

- Durée totale : 21 heures, 3 jours
- Modalité : Présentiel
- Modalités d'accès : Inscription suivie d'une convention signée
- Délais d'accès : 3 semaines après validation de l'inscription

Programme détaillé

Module 1 – Fondamentaux de la cuisine coréenne et organisation professionnelle (4h)

- Histoire et culture alimentaire coréenne
- Principes clés de la cuisine coréenne : équilibre, fermentation, saisonnalité
- Présentation des plats emblématiques : bibimbap, bulgogi, japchae, kimchi, jjigae
- Organisation d'un poste de travail en cuisine coréenne
- Hygiène, sécurité alimentaire et bonnes pratiques en production

Module 2 – Ingrédients, produits et approche éco-responsable (5h)

- Découverte des ingrédients clés : gochujang, doenjang, ganjang, kimchi, sésame
- Substitution et adaptation avec des produits locaux et de saison
- Lecture des étiquettes et choix responsables des matières premières
- Gestion des stocks, DLC/DDM et conservation
- Réduction des pertes et valorisation des coproduits

Module 3 – Techniques de préparation et bases culinaires coréennes (7h)

- Techniques de découpe adaptées à la cuisine coréenne
- Marinades, assaisonnements et équilibres de saveurs
- Préparation des bases : sauces, bouillons, condiments
- Cuissons spécifiques : sautés, mijotés, grillades
- Réalisation de recettes traditionnelles guidées

Module 4 – Plats complets, assemblage et service en restauration (5h)

- Réalisation de plats complets : bibimbap, bulgogi, poulet frit coréen, jjigae
- Assemblage, dressage et portions adaptées au service professionnel
- Gestion du temps et enchaînement des préparations
- Adaptation aux volumes, au service rapide et à la vente sur place / à emporter
- Mise en situation de production réelle

Méthodes pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques et de pratiques intensives
- Démonstrations professionnelles suivies de mises en situation
- Travail sur poste individuel ou en binôme
- Études de cas issus de la restauration commerciale
- Accompagnement personnalisé et feedback continu

Modalités d'évaluation

- Évaluation continue en situation pratique
- Évaluation finale par réalisation d'un plat complet
- Grille d'observation des compétences acquises
- Questionnaire de satisfaction