

## FORMATION CUISINE VÉGÉTALE

### NIVEAU AVANCÉ

Conception de menus végétaux complets pour une restauration engagée.

- Formation en présentiel -

#### \* OBJECTIFS ET CONTEXTE DE LA CERTIFICATION :

- ✓ Construire une offre végétale complète (entrée / plat / dessert) pour un restaurant.
- ✓ Cuisiner des protéines végétales avancées (tofu, tempeh, céréales, légumineuses...).
- ✓ Travailler les cuissons complexes (sous-vide, en croûte, fumage...).
- ✓ Créer des jus, sauces et condiments à fort pouvoir umami.
- ✓ S'initier à la lacto-fermentation et à l'anti-gaspi.
- ✓ Évaluer et maîtriser l'impact économique d'une carte végétalisée.

#### \* DURÉE DU PROGRAMME :

5 jours - 35 heures en centre de formation

#### \* PRIX DE LA FORMATION ET FINANCEMENTS :

Sur devis. Cette formation peut bénéficier d'une prise en charge totale ou partielle :

Vous êtes :		Organisme financeur
Salarié	Secteur CHRD (Cafés, Hôtels, Restaurants et Discothèques)	AKTO via les actions collectives (en accord avec votre employeur)
	Hors secteur CHRD (Cafés, Hôtels, Restaurants et Discothèques)	OPCO rattaché à votre activité
Travailleur Non Salarié (TNS)	Inscrit à la Chambre de Commerce (CCI) uniquement	AGEFICE
	Inscrit à la Chambre des Métiers (CMA) et/ou à la Chambre de Commerce (CCI)	FAFCEA
	Inscrit à Maison des Professionnels Libérales (MPL)	FIFPL
	Inscrit à la Mutualité Sociale Agricole (MSA)	VIVEA
Demandeur d'emploi	Inscrit à France Travail	Aide Individuelle à la Formation (AIF)

## PRÉ-REQUIS :

- ➔ Expérience en brigade ou en encadrement en restauration.
- ➔ Connaissance de base de la cuisine végétale requise.

## MODALITÉS D'ACCÈS :

- ➔ Formation accessible aux professionnels de la restauration confirmés.
- ➔ Inscription requise au minimum 30 jours avant le démarrage de la session.

## PUBLIC VISÉ :

- ➔ Chef(fe)s de cuisine, second(e)s, responsables de site souhaitant développer une offre végétale innovante et rentable.

### CETTE FORMATION EST ACCESSIBLE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP.

Contactez [madeline.douteau@darwin.camp](mailto:madeline.douteau@darwin.camp) pour étudier l'adaptabilité de la formation.

## \* MODALITÉS PÉDAGOGIQUES :

- Cette formation est conçue pour des professionnels ayant déjà une première maîtrise des bases de la cuisine végétale. Elle se déroule en présentiel, en groupe restreint de 5 à 10 personnes, afin de permettre un accompagnement individualisé et des échanges riches en groupe.
- Le parcours alterne modules théoriques interactifs (nutrition, associations de saveurs, techniques culinaires avancées) et ateliers pratiques en conditions professionnelles. L'accent est mis sur la création originale de menus végétaux, avec une approche ancrée dans l'expérimentation culinaire, le test de recettes innovantes, et le développement de nouvelles propositions culinaires durables.
- Les participants travaillent à partir de produits bruts, locaux, de saison, avec un objectif de zéro gaspillage.
- Chaque stagiaire bénéficie d'un accompagnement individualisé durant les phases créatives, avec un appui technique et méthodologique.
- L'approche pédagogique valorise l'intelligence collective, avec des partages de pratiques, des échanges d'astuces techniques et des retours d'expérience en groupe.
- Les temps de dégustation collective et de critique constructive favorisent l'ajustement des propositions culinaires et la montée en compétence.
- Une évaluation formative consiste en la création d'un menu végétal complet, appliqué au contexte professionnel de chaque participant.
- Un questionnaire de positionnement initial permet de personnaliser l'approche, et un questionnaire post-formation évalue l'évolution des connaissances et compétences.
- Un livret stagiaire est remis à l'issue de la formation pour structurer les acquis.

## \* PROGRAMME PÉDAGOGIQUE :

# 1

### Théorie :

Umami, composition d'un menu végétal, fermentation, coûts & rentabilité

# 2

### Pratique :

Cuissons avancées des légumes, sauces, pâtés végétaux, condiments, pâtisserie 100% végétale

# 3

### Mise en application :

Création de menu végétal complet et dégustation critique

# 4

### Bilan :

Débriefing, évaluation de fin de formation, évaluation à chaud

## \* INTERVENANTS :

Mathilde Curt (chefe de cuisine formatrice) | Nicolas Perrot (chef de cuisine formateur)

## \* SANCTION DE FORMATION :

À l'issue de la formation, chaque participant reçoit une attestation de fin de formation mentionnant les compétences techniques approfondies acquises dans le cadre du perfectionnement professionnel.

La formation ne délivre pas de certification RNCP ou RS, mais constitue un parcours de spécialisation à destination des chefs cuisiniers, seconds et responsables de cuisine.

### L'évaluation des acquis comprend :

- Un quizz de positionnement préalable
- Une évaluation continue pendant les ateliers pratiques
- Une restitution finale sous forme de menu végétal complet, avec soutenance orale et dégustation critique
- Un bilan individuel à chaud et à froid



### SAS RETOUR AUX SOURCES

87 Quai des Queyries, Darwin éco-système, 33100 Bordeaux

SIRET : 919 503 433 00014 | N°déclaration d'activité : 75331542733 | UAI : 0333610V

Site internet campus de Bordeaux : <https://lasource-darwin.com/>

Nous contacter : [madeline.douteau@darwin.camp](mailto:madeline.douteau@darwin.camp)  
06 17 17 49 56



**Qualiopi**  
processus certifié

REPUBLICQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :  
**ACTIONS DE FORMATION ET ACTIONS DE FORMATION PAR APPRENTISSAGE**