

## FORMATION FERMENTATION CYCLE 2

### NIVEAU AVANCÉ

Techniques expertes et créativité culinaire pour une cuisine audacieuse et durable

- Formation en présentiel -

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

- ✓ Approfondir les connaissances acquises en fermentation naturelle.
- ✓ Maîtriser des techniques avancées : pains au levain, fromages fermentés, tempeh, garums...
- ✓ Explorer de nouveaux ferments et procédés complexes (fumaison, déshydratation, infusions).
- ✓ Comprendre les interactions entre textures, saveurs et fermentations multiples.
- ✓ Développer une autonomie dans la création de produits fermentés complexes.

#### \* DURÉE DU PROGRAMME :

5 jours - 32 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 :

- Être à l'aise avec les techniques fondamentales de fermentation (levain, lactofermentation, boissons fermentées, etc.)
- **Optionnel mais recommandé** : avoir suivi la formation *Fermentation Cycle 1*, ou pouvoir justifier d'une pratique régulière en fermentation naturelle.

## PUBLIC VISÉ :

- Cette formation s'adresse aux professionnels de la restauration (chefs, cuisiniers, responsables de cuisine) ayant déjà une première pratique de la fermentation, ainsi qu'aux artisans engagés dans une démarche culinaire durable et technique.

## MODALITÉS D'ACCÈS :

- Inscription requise au minimum 30 jours avant le démarrage de la session.

### 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.

## \* PROGRAMME PÉDAGOGIQUE :

# 1

### Levain & Pains :

Approfondissement de la panification naturelle : travail sur les fermentations longues, hydratations élevées, levain à faible ensemencement. Acquérir les bons réflexes pour produire des pains savoureux, digestes et reproductibles en restauration.

# 2

### Fromages fermentés :

Découverte des fromages lacto-fermentés : fabrication de fromages frais (type mozzarella) et initiation à l'affinage. Approche microbiologique, sécurité alimentaire, maîtrise des textures et arômes.

# 3

### Lactofermentation avancée :

Techniques complexes issues de la tradition japonaise : saumures infusées, nukazuké, takuan... Focus sur les arômes subtils et les fermentations lentes. Travail sur la créativité à partir de légumes de saison.

# 4

### Tempeh :

Fabrication artisanale de tempeh à base de légumineuses et céréales locales. Contrôle des paramètres d'incubation, mise en place des protocoles d'hygiène, déclinaisons culinaires et valorisation nutritionnelle.

# 5

### Charcuteries végétales :

Création de produits fermentés évoquant les charcuteries : utilisation du koji, fumaison douce, déshydratation. Travail sur la texture, l'umami, la conservation, et la mise en valeur dans des recettes végétales.

# 6

### Garum :

Réalisation de sauces fermentées enzymatiques (végétales et animales) inspirées du garum antique. Introduction au rôle du koji dans les fermentations liquides, principes d'assaisonnement naturel et umami profond.

- \* **INTERVENANT** : Nicolas Perrot (chef de cuisine formateur spécialiste de la fermentation)

## \* MODALITÉS PÉDAGOGIQUES :

- La formation se déroule en présentiel, en petit groupe de 3 à 10 participants, afin de garantir un apprentissage personnalisé, des temps d'échange riches et un accompagnement de qualité par le formateur.
- La pédagogie mobilisée repose sur une alternance dynamique entre apports théoriques, démonstrations techniques, et ateliers pratiques en laboratoire de cuisine. Chaque session combine des temps d'explication accessibles, des manipulations encadrées, et des échanges collectifs pour favoriser l'apprentissage par l'action.
- Les recettes élaborées sont pensés pour être facilement transposables à un contexte professionnel. L'accent est mis sur l'autonomie des participants, la compréhension des processus de fermentation, et la reproductibilité des techniques enseignées.
- Les dégustations collectives sont au cœur de la formation : elles permettent d'affiner l'analyse sensorielle, d'identifier les marqueurs gustatifs propres à chaque fermentation, et de partager des retours critiques pour affiner sa lecture culinaire.
- Un questionnaire de positionnement initial permet d'adapter le niveau et les attendus pédagogiques de la formation. En fin de parcours, un questionnaire d'auto-évaluation et des temps de débriefing collectifs permettent de consolider les acquis, tout en valorisant les progrès réalisés.
- Un livret stagiaire est remis à chaque participant. Il rassemble les notions clés, les fiches techniques et les repères méthodologiques nécessaires à la mise en œuvre autonome des fermentations abordées.

## \* SANCTION DE FORMATION :

À l'issue de la formation, chaque participant reçoit une attestation de fin de formation précisant les compétences acquises.

Cette formation ne fait pas l'objet d'une certification professionnelle inscrite au RNCP ou au RS, mais s'inscrit dans une démarche de montée en compétences, notamment pour les professionnels de la restauration.

### L'évaluation des acquis comprend :

- Un questionnaire de positionnement en amont
- Un QCM de validation des notions théoriques
- 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



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

