

Apprendre les bases de la Crusine ou cuisine crue vitaminée



Ensemble du personnel de cuisine et de service des repas

1 jour
7 heures

Objectifs pédagogiques

STAGE EXCLUSIVEMENT PRATIQUE AVEC REALISATION DE NOMBREUSES PREPARATIONS ALIMENTAIRES

Etre capable de préparer des aliments vitaminés et sans gluten sous forme de recettes novatrices

Mettre en place une organisation permettant de servir ces plats originaux élaborés sans cuisson

Contenu du stage de perfectionnement des connaissances

Une évaluation des connaissances sera réalisée en début de stage à l'aide d'un questionnaire afin d'évaluer l'apport nécessaire de connaissances nouvelles.

Bases de la crusine en collectivité de santé ou de vie

Découverte de la crusine, équilibre alimentaire et naturopathie, règles essentielles à respecter, matériel à prévoir, organisation à mettre en place pour servir les plats

Connaître l'alimentation sans Gluten et composer les recettes en conséquence

Préparations alimentaires crues en fonction de la saison

Exemple d'élaboration d'entrées : houmous, makis, soupes crues, pâté forestier, ...

Exemple d'élaboration de plats principaux : pizza crue, taboulé de chou-fleur, quiche du potager, Fajitas, ...

Exemple d'élaboration de desserts : brownie aux noix, crème au chocolat, feuilleté aux framboises, gâteau à la carotte, ...

Exemple d'élaboration de collations : compotes et smoothies crus, recettes à base de fruits secs et fruits frais

Moyens pédagogiques

Nos supports pédagogiques ne comportent aucune promotion.

Photographies et films pratiques, vidéo projection dynamique, textes réglementaires et guides de bonnes pratiques, études de cas issus des pratiques professionnelles, mises en situation pratique.

A l'issue de la formation

Une attestation de stage sera délivrée à l'ensemble des participants. Un questionnaire d'évaluation de la formation sera remis aux stagiaires. Un bilan des acquis du programme et de l'évolution des pratiques sera également réalisé.



Renseignements et inscriptions :

03.87.66.64.53

www.hygides-sante.com

Prix INTRA Etablissement par jour : **1370 euros**
pour un groupe de **12 personnes maximum**.

Hors frais d'hébergement et de déplacement.

Stages de 9h00 à 16h30 avec une pause déjeuner de 30 minutes.

Cette formation sera précédée d'une analyse des pratiques professionnelles afin de construire une formation « sur mesure ».