



Programme de formation **MODULE 2 :** **LA PÂTISSERIE VÉGÉTALE SANTÉ (3 jours-18h)**

OBJECTIFS DE LA FORMATION:

S'initier aux pâtisseries et spécialités sucrées végétales dans une recherche de gourmandise, de bien-être, et de bienfaits nutritionnels.

PUBLIC ET PRÉ-REQUIS :

Type de public : tous public, pas de niveau requis.

Documents à l'inscription : Chaque demandeur devra remplir une fiche d'informations personnelles. L'organisme se réserve le droit d'accepter ou non les candidats.

ENSEIGNEMENT THÉORIQUE (6H):

- Savoir adapter sa gamme de pâtisserie face à des maladies telles que: diabète, maladie coeliaque, et allergies courantes.
- Connaître les farines sans gluten, savoir faire les bons mélanges pour chaque recette.
- Avec ou sans cuisson? Les alternatives, cuissons douces, aliments crus, la déshydratation, techniques mixtes...
- Les différents sucres: leurs rôles, les alternatives? Savoir s'en passer.
- S'initier à des techniques de fermentation pour plus de goût et de bienfaits.

ENSEIGNEMENT PRATIQUE (12H): RÉALISATION DE DE PÂTISSERIES ET DESSERTS

(* sans gluten)

- Crème alba*
- Biscuit moelleux*
- Pâte à choux au sarrasin*
- Paris-Brest désucre *
- Gâteau au chocolat coeur coulant*
- Profiteroles*
- Glace fermentée*
- Cake chocolat-banane pécan sans sucre*
- Moffa (biscuit moelleux cuit à la vapeur)
- Cake au levain et aux fruits fermentés
- Dessert de riz fermenté* (Vietnam)
- Assortiment de petits gâteaux sans sucres ajoutés*
- Tarte aux pommes fines crues sans sucre*

L'OKARA

126 route de Brie 91800 Brunoy (France)

www.l-okara.com - info@l-okara.com

SIRET : 450 531 181 00029 NAF :8559A

Déclaration enregistrée sous le n° 11910820891 auprès du préfet de région d'Île-de France

- Entremets banane et praliné de coco*
- Tartelette au chocolat cru et cacahuète*
- Brioche au levain et citron confit
- Cuir de fruit fermenté*

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES FOURNIS :

- Un livret de cours théorique.
- Fiches techniques de fabrication.
- Accès au laboratoire professionnel : plans de travail, fours, frigos, plonge, matériel de pâtisserie...
- Matière première fournie.
- Tabliers fournis.
- Les pâtisseries et desserts réalisés par les élèves-stagiaires leurs sont offerts.

À APPORTER PAR LES STAGIAIRES:

- Tenue professionnelle : pantalon, blouse et chaussures de sécurité.
- Malette professionnelle contenant : grand couteau à pâtisserie, couteau d'office, économe, fouet, maryse, jeux de spatules droites et coudées, mini-spatule coudée, rouleau à pâtisserie, jeux de douilles rondes, pinceau à pâtisserie, thermomètre à sonde.

SUIVI ET ÉVALUATION :

Objectif : S'initier aux pâtisseries et spécialités sucrées végétales dans une recherche de gourmandise, de bien-être, et de bienfaits nutritionnels.

Les stagiaires participent activement à la production. La formatrice procède à une évaluation continue des stagiaires à chaque étape de la production et pour chaque produit réalisé. Les résultats sont notés dans un tableau d'évaluation. Un quizz sous forme de QCM teste les connaissances des stagiaires en fin de formation.

La formation est validée lorsque la moyenne de 10/20 points est atteinte. Une attestation individuelle de formation validant les acquis est remise aux participants à la fin du stage.

HORAIRES DE LA FORMATION:

1er jour

Matin 9h-11h cours théorique à distance (visio-conférence):

- Savoir adapter sa gamme de pâtisserie face à des maladies telles que: diabète, maladie coeliaque, et allergies courantes.
- Connaître les farines sans gluten, savoir faire les bons mélanges pour chaque recette.

Après-midi 14h-18h cours pratique en présentiel: réalisation des recettes en laboratoire.

2ème jour

Matin 9h-11h cours théorique à distance (visio-conférence):

- Les différents sucres: leurs rôles, les alternatives? Savoir s'en passer.
- Avec ou sans cuisson? Les alternatives, cuissons douces, aliments crus, la déshydratation, techniques mixtes...

Après-midi 14h-18h cours pratique en présentiel: réalisation des recettes en laboratoire.

3ème jour

Matin 9h-11h cours théorique à distance (visio-conférence): S'initier à des techniques de fermentation pour plus de goût et de bienfaits.

Après-midi 14h-18h cours pratique en présentiel: Production en laboratoire. Évaluation finale.

L'OKARA

126 route de Brie 91800 Brunoy (France)

www.l-okara.com - info@l-okara.com

SIRET : 450 531 181 00029 NAF :8559A

Déclaration enregistrée sous le n° 11910820891 auprès du préfet de région d'Île-de France

FORMATRICE : Linda Vongdara

INTERVENANTE FERMENTATION : Vanessa Lepinard

MODALITÉ DE DÉROULEMENT :

Durée: 18h de cours en groupe dont 12h en présentiel et 4h en visio-conférence et 6h en visio-conférence.

Date: selon convention.

Lieu : selon convention.

L'OKARA

126 route de Brie 91800 Brunoy (France)

www.l-okara.com - info@l-okara.com

SIRET : 450 531 181 00029 NAF :8559A

Déclaration enregistrée sous le n° 11910820891 auprès du préfet de région d'Île-de France