



## Programme de formation **MODULE 2 :** **LA PÂTISSERIE VÉGÉTALE SANTÉ (5 jours-30h)**

### **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 (10H) :**

- La fermentation et ses bienfaits.
- Les sucres : leurs rôles, savoir s'en passer.
- Adapter : pâtisseries saines IG bas.
- Adapter : pâtisserie sans gluten.
- Cuisson douces et pâtisserie sans cuisson : préserver les nutriments.

### **ENSEIGNEMENT PRATIQUE (20H): RÉALISATION DE DE PÂTISSERIES ET DESSERTS**

(\* sans gluten)

- Crème alba\*
- Biscuit moelleux sans gluten\*
- Tiramisu
- Gâteau au chocolat coeur coulant\*
- Glace fermentée\*
- Cakes sans gluten \*
- Moffa (biscuit moelleux cuit à la vapeur)
- Brioche au levain
- Tarte aux pommes fines crues sans sucre\*
- Tartelette banane et praliné de coco\*
- Tarte au chocolat cru et cacahuète\*

L'OKARA

126 route de Brie 91800 Brunoy (France)

[www.l-okara.com](http://www.l-okara.com) - [info@l-okara.com](mailto: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

### **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):**

- La fermentation et ses bienfaits

**Après-midi 13h-17h cours pratique en présentiel:** réalisation des recettes en laboratoire.

2ème jour

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

- Les sucres : leurs rôles, savoir s'en passer.

**Après-midi 13h-17h cours pratique en présentiel:** réalisation des recettes en laboratoire.

3ème jour

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

- Adapter : pâtisseries saines IG bas.

**Après-midi 13h-17h cours pratique en présentiel:** Production en laboratoire.

4ème jour

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

- Adapter : pâtisserie sans gluten.

5ème jour

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

- Cuisson douces et pâtisserie sans cuisson : préserver les nutriments.

**Après-midi 13h-17h cours pratique en présentiel:** Production en laboratoire. Évaluation finale.

**FORMATRICE :** Linda Vongdara

**INTERVENANTE PÂTISSERIE IG BAS :** Anaïs El Amrani

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

**MODALITÉ DE DÉROULEMENT :**

Durée: 30h de cours en groupe dont 20h en présentiel et 10h en visio-conférence

Date: selon convention.

Lieu : selon convention.

L'OKARA

126 route de Brie 91800 Brunoy (France)

[www.l-okara.com](http://www.l-okara.com) - [info@l-okara.com](mailto: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