



Contenu pédagogique plateforme de formation « Tout un programme ! »

Section	Contenu	Support	Durée
MODULE 1 Les connaître et les reconnaître	Introduction : le secteur de la production de produits aquatiques en France		--
	D'où viennent-ils ? Le circuit de la mer à l'assiette		--
	La classification des poissons, coquillages et crustacés		4'40
MODULE 2 Les acheter	Les critères de fraîcheur et de qualité des poissons, coquillages et crustacés		1'17
	Stockage et conservation		--
	Traçabilité		--
	Importance des poissons, coquillages et crustacés dans les menus		--
	Disponibilité / saisonnalité des produits		--
	Durabilité		--
MODULE 3 Les préparer et les cuisiner	1/ LES HABILLER		
	Habiller un poisson plat à 2 filets		1'17
	Habiller un poisson plat à 4 filets		4'54
	Habiller un poisson rond entier		5'08
	Préparer/nettoyer des coquillages		1'22
	2/ LES DECOUPER ET LES OUVRIR		
	Découper un poisson plat à 2 filets		15'53
	Découper poisson rond ou plat à 4 filets		7'00
	Ouvrir des huîtres		3'40
	3/ LES CUISINER : les préparations phares		
	Sautée		2'20
	Sautée meunière		4'46
	Sautée panée		5'56
	Pochée		2'51
	Pochée à court mouillement		6'34
	Au court bouillon		1'28
	Grillée		3'16
	Frيره		5'23
	Snackée		3'45
	Sous vide		4'17
	En ceviche		3'09
	Marinière		3'14
	Préparation des huîtres		2'20