

CAP Cuisine



CUISINIER/IÈRE

Le titulaire de ce diplôme peut être **commis de cuisine** ou cuisinier/ière avec de l'expérience.

Les tâches du cuisinier sont variées : il fait les menus et réalise les plats qui seront servis à la clientèle du restaurant. Grâce à son sens de l'esthétisme, il présente le plat en harmonisant les couleurs pour le rendre encore plus appétissant. Il doit entretenir son matériel et veiller à l'hygiène de la cuisine. Il peut être amené à faire de la gestion et à s'occuper des **approvisionnements**.

Le cuisinier travaille debout, exposé à la chaleur des fourneaux ou au froid des chambres froides, tôt le matin et tard le soir.

LA FORMATION

Les élèves apprennent à cuisiner les viandes, les poissons, les légumes, etc. Ils savent aussi bien réaliser des plats chauds que froids et présenter les assiettes avec une jolie décoration.

Ils maîtrisent les techniques de cuisson et de remise à température et sont initiés à la gestion et à l'approvisionnement : bons de commandes, réception et stockage de la marchandise, calcul des coûts, etc.

Les cours d'hygiène et de sécurité sont importants dans cette formation. Les élèves reçoivent des cours de microbiologie appliquée : ils étudient les microbes et les risques de **contamination** pendant la préparation des aliments et le service.

Il y a aussi des cours de français, d'histoire-géographie, de mathématiques, de langue vivante, de **vie sociale et professionnelle**, d'éducation physique et sportive, d'arts appliqués.



Le CAP est le certificat d'aptitude professionnelle. C'est un diplôme professionnel. Cela signifie que pendant deux ans, les élèves apprennent un métier, un peu en classe, en entreprise et beaucoup en atelier. Le CAP permet d'entrer dans la vie professionnelle.

LE DICO...



Commis

il aide le cuisinier. Il participe à la confection des entrées et aux préparations de base de certains plats.

Approvisionnement


Prévoir les achats d'aliments et déterminer les quantités à acheter en fonction du nombre de clients prévus, de la saison, etc.

La contamination

est la transmission d'une maladie par exemple.

La vie sociale et professionnelle

est une nouvelle matière pour les élèves de collège. Elle porte sur la santé, l'environnement, la consommation, la vie en entreprise...



**Vous voulez vérifier vos connaissances sur ce diplôme ?
Tournez vite la page et faites le jeu-test**

OÙ ET COMMENT PRÉPARER LE CAP CUISINE ?

Le CAP Cuisine se prépare dans plusieurs lycées professionnels de l'Oise et de la Somme et par apprentissage.

Au lycée professionnel, la formation se déroule à l'atelier et en classe. Elle est complétée par des stages en entreprise, de 14 semaines pour ce CAP. Ces stages permettent aux élèves d'avoir une première expérience professionnelle.



Par apprentissage, l'élève apprend son métier dans une entreprise et suit des cours au centre de formation des apprentis (CFA). Il doit trouver un patron et signer avec lui un contrat de travail.

Si le CAP Cuisine vous intéresse, vous pouvez aussi vous informer sur le CAP Agent polyvalent de restauration, le CAP Assistant technique en milieu familial et collectif, le CAP Restaurant et le CAP Services hôteliers.

N'hésitez pas à rencontrer le/a conseiller/ère d'orientation-psychologue de votre collège.

POUR SUIVRE CETTE FORMATION

Mieux vaut :

- Aimer faire la cuisine
- Avoir une bonne résistance physique
- Travailler rapidement avec ordre et méthode
- Avoir le souci de la propreté et de l'hygiène

A SAVOIR



Les emplois dans le secteur sont nombreux. Les jeunes diplômés commencent comme commis de cuisine. C'est le talent et l'expérience professionnelle qui permettent d'accéder à des postes de cuisinier/ière ou de chef de cuisine. Ce dernier dirige une équipe de commis et de cuisiniers. Après quelques années d'expérience, le/a cuisinier/ière peut s'installer à son compte.



Jeu test

1. Les jeunes diplômés commencent directement comme cuisinier/ière.
2. Le/a cuisinier/ière ne s'occupe que de la préparation des plats.
3. Il vaut mieux avoir une bonne résistance physique.



1. C'est faux. Les jeunes diplômés obtiennent d'abord un emploi de commis de cuisine. Avec de l'expérience, ils peuvent devenir cuisiniers/ières ou chefs de cuisine.
2. C'est faux. Il doit également entretenir son matériel, veiller à l'hygiène de la cuisine. Il peut être amené à s'occuper de l'approvisionnement et de la gestion du restaurant.
3. C'est vrai.