RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ONISEP L'INFORMATION POUR L'ORIENTATION

Commis / Commise de cuisine

Indispensable en cuisine, le commis ou la commise effectue en amont toutes les tâches préliminaires à la fabrication des plats, sous la responsabilité d'un chef ou d'une cheffe de cuisine ou de partie. Ce poste, très formateur, correspond au premier échelon dans les métiers de la restauration.

SOMMAIRE

Le métier

Compétences requises

Où l'exercer ?

Les études

Emploi et secteur

Salaire du débutant

Pour aller plus loin

Niveau minimum d'accès : **CAP ou équivalent**

Salaire débutant : **1868 €**

Statuts : **Saisonnier, Statut salarié**

Secteur professionnel : Hôtellerie - restauration

Centres d'intérêt : J'aime le travail manuel, J'aime cuisiner



© AKTO-Adobe Stock

Le métier

Réceptionner, conserver, préparer

Le commis ou la commise réceptionne et vérifie la conformité des aliments commandés. Il ou elle conserve aussi les produits en cours d'utilisation avec un film alimentaire et une étiquette (date de début d'ouverture, d'utilisation...). Il ou elle organise ensuite la mise en place de son poste de travail, prépare les produits et les ustensiles nécessaires à la réalisation de ses tâches, en prévoyant les différentes étapes et leur temps de réalisation.

Assister les cuisiniers

Selon la configuration de l'équipe, le commis ou la commise peut prendre en charge la réalisation d'appareils (mélange d'ingrédients pour une recette) sucrés et salés, de farces, de fonds et de sauces, de potages, de courts-bouillons, de hors-d'œuvre ou de desserts simples. Il ou elle lave, épluche, émince et travaille (à la main, à la mandoline, avec un robot ou un trancheur) aussi les légumes et les fruits, ouvre et nettoie les coquillages, écaille les poissons, découpe, désosse, lève les filets des viandes, des volailles et des poissons... Il ou elle surveille les cuissons, cuit, réchauffe ou refroidit les préparations. Il ou elle dresse les plats, peut présenter et décorer certaines préparations (en respectant des consignes). Enfin, il est temps d'envoyer les assiettes, après inspection du chef ou de la cheffe de cuisine.

Respecter les règles d'hygiène et de sécurité

Avant et après chaque activité, le commis ou la commise veille à ce que son poste de travail et les ustensiles utilisés soient toujours impeccables, dans le respect des règles d'hygiène et de sécurité. Il ou elle remet les ingrédients et les aliments dans leur lieu de conservation, après les avoir mis sous film protecteur et datés, pour pouvoir les tracer. Il ou elle est responsable de la propreté des espaces de travail.

Compétences requises

Bases solides

Il faut apprendre à utiliser correctement et sans danger les différents équipements et ustensiles de cuisine, connaître la chaîne du froid et les différents modes de conservation des produits alimentaires, les procédures de conditionnement, de nettoyage et de désinfection, les règles d'hygiène et de sécurité alimentaire... La bonne

connaissance des produits et du vocabulaire de la cuisine, des techniques de préparation sont aussi importantes.

Discipline et motivation

« Oui chef/fe » est le leitmotiv des commis de cuisine. Respect du fonctionnement hiérarchique de l'établissement, organisation, discipline, écoute, curiosité et envie d'apprendre sont essentiels pour s'intégrer dans une équipe. Une motivation à toute épreuve, de l'autonomie, une grande capacité d'adaptation et le sens de l'observation sont également nécessaires.

En équipe

Rigueur, organisation et capacité à travailler rapidement à un rythme soutenu sont indispensables pour ce métier d'équipier au service des autres. Le commis ou la commise fait preuve d'une grande disponibilité pour s'adapter au rythme de l'établissement qui l'emploie.

Où l'exercer ?

1er échelon pour progresser

Au sein d'une brigade dirigée par un chef ou une cheffe de cuisine, le commis ou la commise travaille sous la responsabilité des chefs de cuisine et de partie dont il ou elle doit scrupuleusement suivre les consignes. Il ou elle est chargé/e de la réalisation et de la préparation des plats (éplucher des légumes, vider un poisson ou une volaille). Il ou elle est également dédié/e à la réalisation de découpes, de mise en cuisson ou de remises en température. Il ou elle dresse et envoie les plats sous la responsabilité et la vigilance de son chef ou de sa cheffe de cuisine ou de partie. Ce poste est riche d'apprentissage, notamment en gestes techniques. Il permet de découvrir les produits, les techniques, les outils, les goûts. Il donne l'occasion de s'exercer par la pratique et ainsi de monter progressivement en compétences.

Un secteur exigeant

En cuisine, l'activité du commis s'effectue debout dans un environnement chaud (à cause des fourneaux) et plus ou moins bruyant, en fonction de la taille de la cuisine et de l'équipe.

Les études

Après la 3e

Le CAP reste le diplôme de base, et l'apprentissage la voie privilégiée pour acquérir les gestes professionnels. Pour évoluer, il est possible de suivre la formation de cuisinier, par exemple.

2 ans pour préparer le CAP cuisine ; production et service en restaurations (rapide, collective, cafétéria) ; commercialisation et services en hôtel-café-restaurant, éventuellement complété par le BP arts de la cuisine (en 2 ans). 3 ans pour préparer le bac professionnel métiers de la restauration option B métiers de la cuisine ou le bac technologique STHR (sciences et technologies de l'hôtellerie et de la restauration). Quelques mois pour préparer le TP (titre professionnel) commis de cuisine.

CAP ou équivalent

→ CAP commercialisation et services en hôtel-café-restaurant

→ CAP cuisine

→ CAP production et service en restaurations (rapide, collective, cafétéria)

→ TP commis de cuisine

bac ou équivalent

→ Bac pro métiers de la restauration option B métiers de la cuisine

→ Bac techno STHR sciences et technologies de l'hôtellerie et de la restauration

→ BP arts de la cuisine

Emploi et secteur

Recherchés partout

Les commis motivés et expérimentés sont recherchés dans les restaurants, les chaînes hôtelières, les cafés-brasseries, les entreprises de restauration collective (entreprises, écoles, hôpitaux, maisons de retraite, restaurants universitaires, centres de vacances...), les cafétérias.

Mobilité nécessaire...

Le commis ou la commise débute souvent avec un contrat d'apprentissage ou un CDD (contrat à durée déterminée), voire un contrat saisonnier. Cela lui permet de changer d'établissement, de méthode de travail et d'ambiance, afin d'enrichir sa pratique. Sans oublier qu'il ou qu'elle peut également vivre une expérience à l'international, afin d'apprendre l'anglais (ou le parfaire), passeport pour évoluer dans les équipes internationales.

...sans brûler les étapes

Les compétences s'acquièrent au fur et à mesure, en observant, en obéissant et en pratiquant. Avant de prendre des responsabilités en cuisine, le parcours peut durer plusieurs années, en travaillant notamment dans plusieurs établissements, avant de devenir, selon ses ambitions, chef/fe de partie, second/e de cuisine, chef/fe de cuisine... Il est encore possible de se spécialiser comme pâtissier ou pâtissière, saucier ou saucière, grillardin ou grillardine (spécialiste de la cuisson au grill et des grillades), ou encore de s'installer à son compte en ouvrant son propre restaurant, etc. À noter : les commis peuvent exercer en salle, en assistant les serveurs, pour s'orienter plutôt vers ce métier.

Secteur

Hôtellerie - Restauration

Salaire du débutant *

À partir de 1868 euros brut par mois.

* variable en fonction du lieu d'exercice, du statut.

Pour aller plus loin

Sur le web

Site d'information sur les métiers et les formations du secteur hôtellerie-restauration.

Informations sur les formations, l'emploi, les métiers et salaires, offres d'emplois...

Site de l'Observatoire prospectif des métiers et des qualifications de l'Opco (opérateur de compétences) Akto, présentant des fiches-métiers, des statistiques, les tendances du secteur.

Information sur les métiers qui recrutent et sur l'alternance par l'Opco (opérateur de compétences) Akto.

Librairie



PARCOURS

Les métiers de l'hôtellerie et de la restauration

Paru le 12/12/2022
Broché • 12,00 €
PDF • 8,00 €

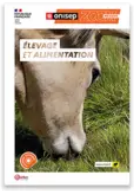


POURQUOI PAS MOI ?

Les métiers des services, spécial alternance

Paru le 17/10/2023
Broché • 4,50 €

PDF • 0,00 €



ZOOM SUR LES MÉTIERS

Les métiers de l'élevage et de l'alimentation

Paru le 12/03/2021
Broché • 4,90 €



ZOOM SUR LES MÉTIERS

Les métiers de l'hôtellerie et des restaurations

Paru le 27/07/2021
Broché • 4,90 €
PDF • 0,00 €



ZOOM SUR LES MÉTIERS

Les métiers des grands événements culturels et sportifs

Paru le 26/09/2023
Broché • 4,90 €
PDF • 0,00 €

Centres d'intérêt

Autres métiers à découvrir

- Employé de restaurant (restauration collective)
- Directeur de restaurant
- Manager opérationnel en restauration rapide
- Employé polyvalent en restauration rapide
- Chef de rang