



## CIE 2

Juin 2020

### A dispositions spéciales, CIE spécial

En effet au vu du temps qu'il nous reste cette fin d'année scolaire, le nombre d'apprentis(es) et les dispositions sanitaires en vigueur, ce cours se déroulera exceptionnellement comme suit :

**½ jour de préparation à domicile** durant laquelle, nous vous demandons de lire toutes les recettes des menus du cours ci-jointes, Deux solutions s'offre à vous, soit vous avez le livre de recette Pauli, soit vous pouvez consulter notre site internet dans l'onglet « recette » « Cours CIE 2 »  
<http://www.hgf-vd.ch/recettes>

Sur le même site, vous devez visionner les quatre newsletters envoyées pendant le confinement. Vous les trouverez également sur notre site dans l'onglet « newsletter » en haut à droite.  
<http://www.hgf-vd.ch/newsletter>

**Une journée en présentielle** Av. Général-Guisan 42A 1009 Pully, selon l'horaire de la convocation par mail. Afin d'éviter un trop grand nombre de personnes dans les couloirs et les vestiaires, avant le début des cours, nous vous remercions de respecter scrupuleusement ces horaires et de vous conformer aux directives du concept de protection mis en place.

De nombreux(es) apprentis(es) utilisent les transports publics pour se rendre à l'établissement de formation et pour rentrer chez elles. Dans ce contexte, il convient d'observer les règles de conduite éditées pour les transports publics.

Ce cours sera très intense, par groupe de deux personnes avec une distanciation de 2 mètres afin de respecter la sécurité de toutes et tous. Les normes en vigueur seront appliquées scrupuleusement. Les personnes à risque ou malades, sont priées d'envoyer un mail au Directeur, Monsieur Dubuis. [eric.dubuis@hgf-vd.ch](mailto:eric.dubuis@hgf-vd.ch) ou au dernier moment le numéro des formateurs (trices) 021 721 07 51

**CIE 2 Cours spécial de rattrapage 2020**

Groupe A	Groupe B
<b>Jour 1</b>	<b>Jour 1</b>
Filet de truite meunière Pommes nature Courgette étuvée *** Estouffade de bœuf Nouilles fraîches Laitue braisée *** Bavaois vanille - fraise	Filet de truite poché au vin blanc Pommes nature Courgette étuvée *** Poulet rôti, jus au romarin Pommes galette Carottes glacées *** Jalousie aux pommes, sauce vanille
<b>Tous les groupes le matin pour une collation de 10 h.</b>	<b>Après midi</b>
Rissoles à la viande Rissoles au poulet Rissoles aux légumes	Pâte feuilletée Masse pour les rissoles Fond de base

## Travail à faire dans votre entreprise ou à la maison après le cours

Vous recevrez de la marchandise afin d'effectuer un travail **obligatoire** à la suite du CIE.

Il s'agira de préparer un menu dans un délai de **quatre** jours après votre venue à Pully.

Celui -ci sera composé comme suit :

*Potage aux pois jaunes*

\*\*\*

*Goulache de veau viennoise*

*Pommes rissolées*

*Carottes Vichy*

\*\*\*

\*

- Vous devrez faire 8 dl de potage et dresser au moins 1 assiette.
- Vous devrez préparer le plat principal pour 2 personnes et dresser au moins 1 assiette.
- Les recettes sont tirées du Pauli. Vous trouverez ci-dessous les recettes avec les quantités demandées.

- Il faudra faire 3 photos avec votre nom et prénom sur un petit papier :
  - Une du potage
  - Une de l'assiette entière (avec viande, pommes de terre et légume)
  - Une d'une étape de la préparation importante de votre choix

***(merci de respecter ce nombre car nous ne pourrions pas archiver plus de 3 photos par personne)***

Ce panier à emporter comportera :

- 320 g d'épaule de veau
- 2 oignons
- 1 tomate
- 1 échalote
- 500 g de pommes de terre
- 250 g de carottes
- 100 g de pois jaunes
- 1 petit peu de poireau et de céleri

- Une demi page écrite avec vos réussites, difficultés et analyse personnelle lors de la réalisation de ces quatre recettes.

Ces travaux seront à remettre à votre formateur (trice) du jour par email .

[laura.rod@hgf-vd.ch](mailto:laura.rod@hgf-vd.ch)

[laure.domet@hgf-vd.ch](mailto:laure.domet@hgf-vd.ch)

[sandrine.turrian@hgf-vd.ch](mailto:sandrine.turrian@hgf-vd.ch)

[francis.boulard@hgf-vd.ch](mailto:francis.boulard@hgf-vd.ch)

[steve.tavolini@hgf-vd.ch](mailto:steve.tavolini@hgf-vd.ch)

[patrick.riesen@hgf-vd.ch](mailto:patrick.riesen@hgf-vd.ch)

## Potage de pois jaunes

Gelberbsensuppe

Quantité: 0.80 l  
Groupe: Potages (chauds et froids)  
Saison: Toute l'année

---

### Ingrédients

10 g	Beurre
26 g	Oignons pelés
26 g	Poireau vert paré
13 g	Céleri-pomme pelé
13 g	Carottes pelées
16 g	Couennes de lard
96 g	Pois jaunes cassés
112 g	Pommes de terre pelées, type C
800 g	Bouillon
	Sel
	Poivre blanc du moulin

### Garniture

32 g	Pain anglais sans croûte
10 g	Beurre

### Mise en place

- Tremper les pois jaunes pendant 4 heures dans l'eau froide et les égoutter
- Partager le poireau dans le sens de la longueur et le laver
- Couper les légumes en matignon (petits dés)
- Couper les pommes de terre en dés de 1 cm
- Attacher les couennes de lard
- Porter le bouillon à ébullition
- Couper le pain anglais en croûtons et les sauter au beurre

### Préparation

- Faire suer le matignon dans le beurre
- Ajouter les pois jaunes et faire suer le tout
- Ajouter les dés de pommes de terre et les couennes de lard
- Mouiller avec le bouillon chaud
- Porter à ébullition
- Saler et poivrer, écumer fréquemment
- Laisser mijoter 2 heures, puis retirer les couennes de lard
- Mixer le potage et le passer au chinois
- Porter encore une fois à ébullition et rectifier l'assaisonnement
- Dresser et servir les croûtons séparément

### Conseils pratiques

On peut aussi affiner ce potage avec un peu de crème entière. Potage de pois jaunes avec pieds de porc/jambonneau: cuire 1 kg de pied de porc et/ou de jambonneau dans le potage (diminuer l'adjonction de sel), une fois tendre, détacher la viande, la couper en dés et la servir comme garniture dans le potage. On peut aussi servir ce potage avec des quenelles de séré au lard en garniture.

## Goulache de veau à la crème viennoise

Wiener Kalbsrahmgulasch

Quantité: **2.00 pers.**  
Groupe: **Mets à la viande**  
Saison: **Toute l'année**

---

### Ingrédients

320 g	Epaule de veau sans os parée
20 g	Beurre à rôtir
	Sel
	Poivre blanc du moulin
10 g	Farine fleur
180 g	Oignons pelés
10 g	Paprika doux
60 g	Tomates mondées épépinées
1 g	Ail pelé
200 g	Fond blanc de veau
60 g	Demi-crème acidulée, 15%
4 g	Jus de citron frais
0.60 g	Cumin entier
	Sel

### Mise en place

- Couper l'épaule de veau en dés de 30 g
- Couper les oignons en deux, puis les émincer perpendiculairement à la racine (couper en fines tranches)
- Couper les tomates en dés
- Hacher finement l'ail
- Hacher finement le cumin

### Préparation

- Faire suer les oignons dans le beurre à rôtir
- Ajouter la viande et faire suer en remuant constamment jusqu'à ce qu'un jus sirupeux se forme
- Saler et poivrer
- Ajouter le paprika, les dés de tomates et l'ail et faire suer le tout
- Singer
- Mouiller avec le fond de veau et étuver à couvert pendant env. 1 heure
- Ajouter la demi-crème acidulée, le jus de citron et le cumin haché, puis rectifier l'assaisonnement

### Conseils pratiques

On peut aussi sortir la viande et mixer finement la sauce, puis la passer.

## Pommes rissolées

Bratkartoffeln

Quantité: **2.00 pers.**  
Groupe: **Mets aux pommes de terre**  
Saison: **Toute l'année**

---

### Ingrédients

250 g	Pommes de terre pelées, type A
10 g	Huile de tournesol, High Oleic
2 g	Sel
	Poivre blanc du moulin
5 g	Beurre

### Mise en place

- Couper les pommes de terre en dés d'env. 1 cm
- Les blanchir dans le steamer ou dans l'eau salée
- Les égoutter et les répartir sur une plaque pour stopper le processus de cuisson
- Asperger les dés de pommes de terre avec un peu d'huile

### Préparation

- Chauffer le reste d'huile dans une poêle lyonnaise
- Ajouter les dés de pommes de terre, colorer légèrement, saler et poivrer
- Rôtir (dorer) au four en tournant de temps à autre
- Dégraisser, ajouter le beurre et terminer le rôtissage

### Conseils pratiques

Pour couper des dés réguliers, utiliser des grosses pommes de terre. On peut préparer de la même manière des petites pommes de terre nouvelles, pelées ou non. En raison du risque de formation d'acrylamide, il faut éviter de trop brunir les pommes de terre.

## Carottes Vichy

Vichy-Karotten

Quantité: **2.00 pers.**  
Groupe: **Mets aux légumes/champignons**  
Saison: **Été-automne**

---

### Ingrédients

8 g	Beurre
8 g	Echalotes pelées
240 g	Carottes pelées
2 g	Sucre
	Sel
	Poivre blanc du moulin
20 g	Eau de Vichy
0.80 g	Persil frisé frais

### Mise en place

- Hacher finement les échalotes
- Couper les carottes en tranches régulières de 4 mm d'épaisseur
- Laver le persil, le sécher légèrement et le hacher finement


### Préparation

- Faire suer les échalotes au beurre dans une sauteuse ou un rondau
- Ajouter les carottes et faire suer
- Assaisonner avec le sucre, le sel et le poivre blanc
- Mouiller avec de l'eau de Vichy, étuver tout en réduisant le liquide de cuisson à une consistance sirupeuse
- Rectifier l'assaisonnement, dresser et parsemer avec le persil haché

### Conseils pratiques

C'est l'eau de Vichy qui donne son nom à ce mets, mais on peut le préparer avec n'importe quelle eau minérale ou la remplacer par un fond de légumes.

Un bilan de compétence vous sera envoyé ultérieurement par voie électronique. L'évaluation comportera le travail et le comportement à Pully, ainsi que le travail que vous aurez fait avant et après le cours interentreprises.

Bilan de compétences et évaluations des cours interentreprises cuisiniers (ères)						
	CIE 2		Nom:			
	Juin 2020		Prénom:			
	Pully		Entreprise formatrice:			
<b>Travaux à effectuer Avant</b>						
S'est préparé en amont pour les cours	Newsletters / Recettes		Oui	Non	Partiellement	Remarques / Explications
<b>Travaux à effectuer Après</b>						
A rendu les travaux demandés	a) Photos (3)	Réception des images	Oui	Non	Partiellement	Remarques / Explications
	b) Analyse personnelle de son travail	Pertinence	Oui	Non	Partiellement	
<b>Compétences professionnelles</b>						
Planification de la journée et analyse	Déroulement de la journée	Selon les directives	Autonome	A besoin d'aide	A travailler	Remarques / Explications
Procédure de travail	Analyse et déroulement	Capacités personnelles	Autonome	A besoin d'aide	A travailler	
Qualité du travail	Soin - Exactitude - Précis		⊖	⊖	⊖	
Quantité de travail	Rapidité et participation aux tâches		⊖	⊖	⊖	
<b>Compétences méthodologiques</b>						
Hygiène	Personnelle / Professionnelle	Selon les normes actuelles édictées	A respecté	N'a pas respecté		
Hygiène Spécial Covid-19	A respecté les normes en vigueur	Protection de soi et des autres	A respecté	N'a pas respecté		
Ecologie et gestion de la marchandise	Connait les principes et les applique	Prend conscience de l'impact	Est concerné(e)	Ne l'est pas		
Autonomie	Réflexion et autocontrôle	Réactif(ve) envers soi-même	Acquis	A travailler		
<b>Compétences sociales</b>						
Attitude - motivation - collaboration	Intéressé(e) / Enthousiaste	Participation au cours	⊖	⊖	⊖	Remarques / Explications
Civilité	Discipline / Sociabilité / Responsabilité		⊖	⊖	⊖	
Apparence	Tenue / Bonnes manières	Ethique professionnelle	⊖	⊖	⊖	
<b>Pully, le Juin 2020</b>						
<b>Signature:</b>						
	Formateur(trice) CIE	Apprenti(e)	Responsable de la formation en entreprise + visa			

Nous restons bien entendu à votre entière disposition pour toute question et remarque sur le mail suivant : [patrick.riesen@hgf-vd.ch](mailto:patrick.riesen@hgf-vd.ch)

En vous remerciant par avance du travail que vous allez faire, et dans l'attente du plaisir de vous revoir dans nos cuisines, nous vous prions de recevoir nos meilleures salutations de Pully.

Hotel & Gastro formation Vaud



Eric Dubuis  
Directeur

Hotel & Gastro formation Vaud



Patrick Riesen  
Responsable pédagogique



*Pensez à vous et aux autres, respectez les directives*