

**Certificat d'Aptitudes Professionnelles
Agent Polyvalent de Restauration**

TP 13 :

Vous êtes Agent Polyvalent de Restauration dans une maison de retraite et vous réalisez un repas sur le thème de la chandeleur



EP 1 - Production culinaire

Vous devez réaliser :

Préparation 1 : Crêpes salées (pour 6 personnes dont 1 plat témoin)

Préparation 2 : Crêpes sucrées (pour 6 personnes dont 1 plat témoin)

Consignes de travail :

- 1- **Réaliser** les tâches dans l'atelier selon le planning 1
- 2- **Sortir et contrôler** les denrées et le matériel
- 3- **Réaliser** la préparation en tenant compte des contraintes d'organisation
- 4- **Respecter** les règles d'hygiène, d'ergonomie, de sécurité et les consignes données

NOM : Mme LEFEBVRE
Prénom :
Classe :

TP 13
Date : __ / __ / __
~ 1 ~

EP 2 - Distribution des repas

Consignes de travail :

- 1- **Réaliser** les tâches dans l'atelier selon le planning 2 en respectant les règles d'hygiène, d'ergonomie, de sécurité et les consignes données
- 2- **Relever** les températures

EP 3 - Entretien des locaux et du matériel

Consignes de travail :

- 1- **Réaliser** les tâches dans l'atelier selon le planning 3 et les plans de nettoyage en respectant les règles d'hygiène, d'ergonomie, de sécurité et les consignes données
- 2- **Compléter** la grille de contrôle avant et après votre entretien
- 3- **Entretien, nettoyer, sécher et ranger** le matériel

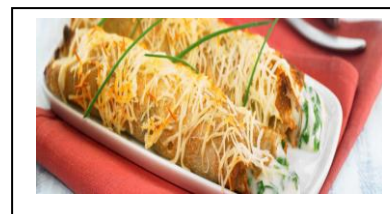
NOM : Mme LEFEBVRE
Prénom :
Classe :

TP 13
Date : __ / __ / __
~ 2 ~

Préparation 1 : Crêpes salées

Principales compétences :

Préparer la pâte à crêpes
Cuire les crêpes sur plaque
Réaliser une béchamel



Préparation 1 : Crêpes salées

Ingrédients	Quantités pour 6 personnes	Mode de conservation / commercialisation	Matériels pour peser les denrées
Œuf	3 u	Frais	
Farine	0,250 Kg		
Huile	4 cl		
Lait ½ écrémé	½ L	Stérilisé UHT	
Sel	PM		
Béchamel	Selon la FT		
Jambon ou poulet en dés	0,300 Kg		
Champignon	0,300 Kg	Frais	

Préparation 1 : Crêpes salées

GAMME OPERATOIRE

Réalisation :

- **Déconditionner** les denrées et **préparer** le matériel
- **Peser** les denrées et **préchauffer** le four à +180°C
- **Mélanger** la farine tamisée dans une calotte avec le sel
- **Faire** une fontaine et y **mettre** les œufs et l'huile
- **Mélanger** au fouet en incorporant tout doucement et au fur et à mesure le lait
- **Laisser reposer** la pâte en CF+
- Pendant ce temps, **escaloper** les champignons et les **faire revenir**
- **Réaliser** la béchamel et y **ajouter** champignons, jambon ou poulet
- **Réaliser** la cuisson des crêpes
- **Garnir** et **dresser** en gastro
- **Finir** la cuisson au four à +180°C
- **Réaliser** le plat témoin (nom + date + désignation)
- **Traiter** en liaison chaude

NOM :

Mme LEFEBVRE

TP 13

Prénom :

Date : __ / __ / __

Classe :

~ 3 ~

MATERIEL

--

Fiche d'aide au listing du matériel

PENSER A PREPARER DES BOLS DE SALADE EN ACCOMPAGNEMENT

Etapas de la recette	Matériels	Secteurs
○ Mélanger la farine tamisée dans une calotte avec le sel		
○ Faire une fontaine et y mettre les œufs et l'huile		
○ Mélanger au fouet en incorporant tout doucement et au fur et à mesure le lait		
○ Laisser reposer la pâte en CF+		
○ Pendant ce temps, escaloper les champignons et les faire revenir		
○ Réaliser la béchamel et y ajouter champignons, jambon ou poulet		
○ Réaliser la cuisson des crêpes		
○ Garnir et dresser en gastro		

NOM :

Mme LEFEBVRE

TP 13

Prénom :

Date : __ / __ / __

Classe :

~ 4 ~

Préparation 2 : Crêpes sucrées

Principales compétences :
 Préparer la pâte à crêpes
 Cuire sur plaque les crêpes



Préparation 2 : Crêpes sucrées

Ingrédients	Quantités pour 6 personnes	Mode de conservation ou de commercialisation	Matériels pour peser les denrées
Œuf	3 u	Frais	
Farine	0,250 Kg		
Sucre	0,075 Kg		
Huile	4 cl		
Lait ½ écrémé	½ L	Stérilisé UHT	
Sel	PM		
Garnitures	Selon le goût		

Préparation 2 : Crêpes sucrées

GAMME OPERATOIRE

Réalisation :

- **Déconditionner** les denrées et **préparer** le matériel
- **Peser** les denrées
- **Mélanger** la farine tamisée dans une calotte avec le sucre et le sel
- **Faire** une fontaine et y **mettre** les œufs et l'huile
- **Mélanger** au fouet en incorporant tout doucement et au fur et à mesure le lait
- **Laisser reposer** la pâte en CF+
- **Réaliser** la cuisson des crêpes
- **Rouler** les une à une puis les **dresser** dans des assiettes
- **Agrémenter** selon votre goût
- **Réaliser** le plat témoin (nom + date + désignation)
- **Traiter** en liaison froide

MATERIEL

NOM : Mme LEFEBVRE
 Prénom :
 Classe :

TP 13
 Date : __ / __ / __
 ~ 5 ~

Fiche d'aide au listing du matériel

Etapas de la recette	Matériels	Secteurs
○ Mélanger la farine tamisée dans une calotte avec le sucre et le sel		
○ Faire une fontaine et y mettre les œufs et l'huile		
○ Mélanger au fouet en incorporant tout doucement et au fur et à mesure le lait		
○ Laisser reposer la pâte en CF+		
○ Réaliser la cuisson des crêpes		
○ Rouler les une à une puis les dresser dans des assiettes		
○ Agrémenter selon votre goût		

Garnitures à disposition :

Banane, pommes (à caraméliser)

Crème chantilly

Glace vanille

Nutella

Vermicelles chocolat

Sucre poudre

NOM :

Mme LEFEBVRE

TP 13

Prénom :

Date : __ / __ / __

Classe :

~ 6 ~

FT : Réaliser une sauce béchamel traditionnelle

A l'aide du lien suivant,

<https://www.atelierdeschefs.fr/fr/recette/11295-sauce-bechamel.php>



***Compléter** les informations suivantes :

Pour 6 personnes

Beurre : _____

Sel fin : _____

Farine de blé : _____

Poivre : _____

Lait ½ écrémé : _____

Muscade : _____

<p>Faire fondre le _____</p> <p>Ajouter la _____ tamisée</p>	
<p>Mélanger au fouet Cuire sans _____</p>	
<p>Verser le _____ froid</p> <p>Mélanger au fouet</p>	
<p>Porter à ébullition en remuant au fouet.</p>	
<p>Assaisonner</p>	

NOM :
Prénom :
Classe :

Mme LEFEBVRE

TP 13
Date : __ / __ / __
~ 7 ~

FT : Réaliser une sauce béchamel PSE

1*Citer la forme de commercialisation du produit :

2*Retrouver et numéroté les 12 informations obligatoires suivantes sur l'emballage (document joint) :

1	Dénomination
2	Déclaration nutritionnelle
3	Liste des ingrédients
4	Quantité de certains ingrédients / Catégories d'ingrédients
5	Titre alcoolémique pour boissons >1,2% d'alcool
6	Ingrédients ou auxiliaires technologiques allergènes
7	Nom / Raison sociale et adresse de l'exploitant de secteur
8	Quantité nette
9	Pays d'origine / Lieu de provenance
10	Conditions particulières de conservation / Utilisation
11	Mode d'emploi si nécessaire
12	Date de durabilité minimale (DDM) / Date Limite de Consommation (DLC)

3*Calculer les portions suivantes pour la sauce béchamel :

Préparation déshydratée pour sauce béchamel	Lait
	1L
	2L
45g	
	0,750L
	500mL
Le pot	

Je calcule :

NOM :

Mme LEFEBVRE

TP 13

Prénom :

Date : __ / __ / __

Classe :

~ 8 ~

4*Décoder le mode d'emploi pour la préparation de la sauce béchamel :

*Disperser la quantité nécessaire de Sauce Béchamel dans le _____
demi-écrémé bouillant à l'aide d'un _____.

*Reporter à _____.

*Cuire ____ minutes en remuant.

5*Relever les informations communes au stockage avant et après
ouverture du pot :

6*Indiquer les avantages et inconvénients d'utiliser une béchamel PSE :



NOM : Mme LEFEBVRE
Prénom :
Classe :

TP 13
Date : __ / __ / __
~ 9 ~

FT : Préparer une pâte à crêpes

A l'aide du lien suivant,

<https://chefsimon.com/gourmets/chef-simon/recettes/la-pate-a-crepes>

***Compléter** les informations suivantes :



Pour 15 crêpes :

Farine de blé : _____

Œufs : _____

Huile : _____

Lait ½ écrémé : _____

Sel : _____

Facultatif : Sucre : _____

Mélanger ensemble la farine tamisée, le sucre poudre et le sel		
Faire une fontaine au centre Ajouter les œufs et l'huile		
Mélanger l'ensemble		
Ajouter le lait au fur et à mesure	 	
Mélanger la pâte Couvrir et mettre en CF +	 	
Cuire les crêpes	 	
Retourner à mi-cuisson Poser sur une assiette. Couvrir pour garder la chaleur et l'humidité	 	

NOM :

Mme LEFEBVRE

TP 13

Prénom :

Date : __ / __ / __

Classe :

~ 10 ~

FT : Cuire des crêpes

***Nommer** chaque élément de l'organisation du plan de travail pour cuire les crêpes :

***Flécher** pour un droitier l'organisation du plan de travail pour cuire les crêpes :



Plan
De
Travail



NOM :
Prénom :
Classe :

Mme LEFEBVRE

TP 13
Date : __ / __ / __
~ 11 ~

FT : Présenter les crêpes

A l'aide de la vidéo suivante,

<https://www.youtube.com/watch?v=5ghF1c5BdOs>



***Compléter** les informations suivantes :

***Nommer** chaque technique de pliage des crêpes :






***Proposer** 2 techniques de pliage les plus adaptées pour dresser nos crêpes salées :

		<p>Etaler la garniture (moitié de la crêpe).</p> <p>Plier la crêpe en 2.</p>
		<p>Etaler la garniture (milieu de la crêpe).</p> <p>Rabattre les quatre cotés sur celle-ci.</p> <p>La garniture doit être visible au milieu ! (ex : œuf).</p>
		<p>Etaler la garniture (milieu de la crêpe).</p> <p>Plier les côtés supérieurs de droite et de gauche.</p> <p>Fermer la crêpe en rabattant le côté inférieur.</p>

NOM :
Prénom :
Classe :

Mme LEFEBVRE

TP 13
Date : __ / __ / __
~ 12 ~

		<p>Étaler la garniture (moitié de la crêpe).</p> <p>Plier en deux.</p> <p>Plier de nouveau en deux.</p>
		<p>Étaler la garniture (moitié de la crêpe).</p> <p>Plier les côtés inférieurs de droite et de gauche.</p> <p>Plier le côté inférieur pour l'amener au milieu.</p>
		<p>Étaler la garniture sur toute la surface de la crêpe.</p> <p>Rabattre légèrement 2 côtés.</p> <p>Rouler la crêpe en commençant par le bas.</p>
		<p>Étaler la garniture sur toute la surface de la crêpe.</p> <p>Rouler la crêpe.</p> <p>(Tailler en rondelles).</p>
		<p>Étaler la garniture (milieu de la crêpe).</p> <p>Ramener les bords vers le centre pour former un petit sac.</p> <p>Fermer l'aumônière (ciboulette, rafia, ...).</p>

NOM :
Prénom :
Classe :

Mme LEFEBVRE

TP 13
Date : __ / __ / __
~ 13 ~

Autres idées ...

	<p>En pli double</p>	<p>Étaler la garniture en ligne droite au centre de la crêpe. Plier un côté sur la garniture, en la couvrant presque complètement. Plier l'autre côté sur le dessus.</p>
	<p>En pochette</p>	<p>Étaler la garniture (milieu de la crêpe). Plier le bas de la crêpe en couvrant la moitié de la garniture. Plier le côté droit sur la garniture puis le côté gauche. Rabattre le haut de la crêpe sur le tout.</p>
	<p>En cornet</p>	<p>Étaler la garniture sur toute la surface de la crêpe. Plier en deux (journal). L'enrouler de manière à obtenir un cornet.</p>
	<p>En éventail</p>	<p>Étaler la garniture sur toute la surface de la crêpe. Plier en deux (journal). Rabattre le côté inférieur gauche puis droit.</p>
	<p>En gâteau</p>	<p>Étaler la garniture sur toute la surface de la crêpe. Empiler les crêpes. Proportionner en parts égales.</p>

NOM :
 Prénom :
 Classe :

Mme LEFEBVRE

TP 13
 Date : __ / __ / __
 ~ 14 ~