

INTÉGRER LA CUISINE VÉGÉTALE ET SANS ALLERGÈNES DANS SON ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE

Mise à jour : 16/01/2026



Public visé

voir conditions



Prérequis

voir conditions



Nombre de participants

2 à 8 pers



Durée

85 heures /pers en présentiel



Formatrices

Karelle MOGADO
Fabienne GIBOYAU



Sanction de la formation

Certification RS6583

voir conditions

Certification visée : La formation prépare à la certification détenue par **Vert La Table**, enregistrée le 26/04/2024 sous le numéro RS6583 au Répertoire Spécifique de France Compétences.

URL de la certification : <https://www.francecompetences.fr/recherche/rs/6583/>

Objectifs :

- Concevoir la composition d'un menu ou d'un plat en s'appuyant sur ses connaissances des différents aliments végétaux et/ou sans allergènes, ainsi que sur l'équilibre nutritionnel
- Elaborer des compositions culinaires végétales et sans allergènes en choisissant les matières premières en réunissant les ustensiles et les matériels de cuisson et de découpe utiles à la phase de réalisation et en organisant l'ordonnancement des préparations
- Réaliser les préparations culinaires en s'appuyant sur les recettes conçues dans un temps donné et en utilisant des techniques de cuisson, de découpe et d'assaisonnement adaptées aux spécificités et aux caractéristiques particulières des ingrédients de la cuisine végétale et sans allergènes
- Dresser ses préparations culinaires en s'appuyant sur des techniques de présentation adaptées à la cuisine végétale sans allergènes et en utilisant des accessoires et des toppings qui s'accordent visuellement et gustativement
- Communiquer au sujet des spécificités de la cuisine végétale et sans allergènes et des techniques utilisées lors des différentes étapes allant de la conception au dressage des préparations, afin de présenter son menu ou son coût de revient dans un langage professionnel et adapté à son interlocuteur
- Évaluer sa production tout en tenant compte de l'optimisation des coûts afin d'inscrire son activité dans une démarche d'adaptation aux évolutions du marché

Public : La certification s'adresse aux cuisiniers professionnels souhaitant acquérir des compétences complémentaires en matière de cuisine végétale et sans allergènes dans la composition de leurs recettes et menus pour répondre à la demande de leurs clients.

Pré requis : Les candidats doivent justifier d'une expérience professionnelle de cuisinier.

Durée : 85 heures, dont 73 heures en présentiel (synchrone) et 12 heures en e-learning asynchrone sur la plateforme Microsoft Teams.

Modalités d'accompagnement : L'accès aux modules sera ouvert dès le début de la formation. Pour toute difficulté technique, vous pouvez contacter Mme ROUGON par e-mail à secretariat@elitecoachingmartinique.com ou par téléphone au 0696 608 008.

INTÉGRER LA CUISINE VÉGÉTALE ET SANS ALLERGÈNES DANS SON ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE

Module 1 : Concevoir un menu végétal et sans allergènes

- Identifier les allergènes majeurs et leurs substituts.
- Équilibrer la composition nutritionnelle en assurant la complémentarité des ingrédients végétaux (légumineuses, etc.).
- Créer un menu adapté aux besoins spécifiques (végétarien, végan, sans gluten, etc.).
- Élaborer des fiches techniques précisant les ingrédients, le temps de préparation et les techniques culinaires utilisées.

Module 2 : Organiser et mettre en place un poste de travail en cuisine végétale

Sélectionner et contrôler les matières premières (frais, secs, bio, etc.).

Intégrer et valoriser les produits locaux dans les préparations culinaires :

- * Tubercules : ignames, patates douces, manioc
- * Fruits et légumes : bananes vertes et mûres, fruits à pain
- * Épices et condiments : curcuma, gingembre, feuille de bois d'Inde, etc.
- * Produits dérivés : noix de coco et ses déclinaisons (lait, râpé, huile)
- * Réaliser les préparations préliminaires : trempage, germination, marinades, etc.
- * Utiliser et entretenir les ustensiles et le matériel adapté aux préparations végétales et sans allergènes.
- * Organiser l'espace de travail en fonction des étapes de la recette et dans le respect des règles d'hygiène.

Module 3 : Appliquer les techniques de cuisson et d'assaisonnement en cuisine végétale

- Maîtriser les techniques de découpe adaptées aux ingrédients végétaux.
- Appliquer les modes de cuisson appropriés (vapeur, basse température, déshydratation, fermentation).
- Réaliser des techniques d'assaisonnement et d'aromatisation sans allergènes.
- Respecter les temps de cuisson et gérer les textures en fonction des recettes.

Module 4 : Appliquer les techniques de dressage et présentation des plats végétaux

- Choisir les assiettes et supports de présentation.
- Reproduire les techniques de dressage pour valoriser les préparations.
- Sélectionner et intégrer des toppings adaptés (graines, herbes, sauces, fruits secs, etc.).
- Assurer l'équilibre visuel et l'harmonisation des couleurs et des textures.

Module 5 : Communiquer et valoriser les plats végétaux et sans allergènes

- Adapter son discours professionnel en fonction du profil de l'interlocuteur, en tenant compte des éventuels handicaps des interlocuteurs lorsque cela est nécessaire.
- Utiliser un vocabulaire professionnel précis (textures, arômes, techniques, provenance...).
- Vulgariser l'information technique pour la rendre accessible à un public non spécialiste.
- Reformuler les informations de manière claire et compréhensible selon les besoins spécifiques.
- Intégrer des supports de communication inclusifs (visuels, pictogrammes, supports audio, menus en braille, signalétiques simplifiées).
- Créer des outils de présentation adaptés aux différents publics (ex. : fiche technique orale, menu illustré, présentation simplifiée).
- Calculer le coût de revient et les tarifs adaptés aux contextes et cohérents au regard des préparations présentées

INTÉGRER LA CUISINE VÉGÉTALE ET SANS ALLERGÈNES DANS SON ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE

Module 6 : Analyser les indicateurs de performance de sa production (qualité, délais, quantités, non-conformités, etc.) pour maîtriser ses coûts, éviter les pertes et identifier les axes d'amélioration afin de renforcer la compétitivité de l'activité

- Suivre les indicateurs clés : quantités produites vs quantités vendues, taux de pertes ou invendus
- Assurer le rendement des matières (ratio produit fini / produit brut) :
 - Analyse des marges bénéficiaires
 - Analyse de la qualité : Retours clients (satisfaction, remarques sur goût, texture...)
 - Optimisation des coûts
- Gérer les matières premières : achat en vrac ou local (quand nécessaire) pour baisser les coûts, valorisation des épluchures ou surplus (ex. : bouillons, crackers à base de pulpe...)
- Réaliser des comparaisons entre recettes selon le coût des ingrédients
- Prévenir les pertes en adaptant la production à la demande (batch cooking, précommande...) et en utilisant les techniques de conservation (déshydratation, fermentation...)
- Assurer une veille concurrentielle et des tendances :
- Proposer des menus évolutifs selon la saison ou les retours clients et adapter les recettes aux intolérances et préférences des clients

Modalités pédagogiques :

- Exposés théoriques et méthodologiques
- Présentation des fondamentaux : nutrition végétale, gestion des allergènes, hygiène, coûts de production.
- Supports : diaporamas, fiches techniques, grilles d'analyse.
- Présentation d'outils de pilotage (tableaux de bord, fiches de coût, menus adaptés aux publics spécifiques).
- Démonstrations et mises en situation :
 - Production culinaire végétale et sans allergènes :
 - Communication et transmission :
 - Adaptation aux besoins spécifiques :
- Présentation de supports inclusifs (menus en braille, pictogrammes, signalétiques).
- Exercices d'application : Études de cas & simulations
- Analyse de performance :
 - Gestion de production et des coûts
 - Présentation et valorisation
 - Simulation de présentation du menu
- Partage d'expérience & échanges
- Débriefing personnalisé

Référente handicap :

Si vous avez des besoins d'aménagement ou un besoin spécifique, vous pouvez me contacter :

- **Fabienne GIBOYAU : contact@elitecoachingmartinique.com | 0596 53 77 95 / 0696 60 80 08**

INTÉGRER LA CUISINE VÉGÉTALE ET SANS ALLERGÈNES DANS SON ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE

Financement :

Si votre formation est financée via Mon Compte Formation, vous disposez d'un délai de rétractation de 14 jours à compter de la validation de votre dossier.

Modalités techniques

- Paperboard et feutres
- Vidéoprojecteur, grand écran
- Prise de branchement pour matériel informatique
- Ordinateur, imprimante, scanneur
- Téléphone, fax, Internet avec wifi
- Bouteilles d'eau pour l'ensemble des participants
- Matériel et ustensiles de cuisine fournis

Modalités d'évaluation : Les épreuves de Certification sont organisées par notre Organisme de formation, dans le respect du référentiel de certification et des consignes complémentaires du Certificateur VERT LA TABLE.

L'évaluation des compétences décrites dans le référentiel de la certification s'effectue dans le cadre de deux évaluations certificatives finales distinctes :

- Une épreuve écrite de 20 questions portant sur les connaissances théoriques de la cuisine végétale sans allergènes, réalisée chez le certificateur.
- Une mise en situation réelle portant sur la conception et de la réalisation d'une préparation culinaire végétale et sans allergènes avec une soutenance orale.

Le candidat sera évalué par un jury professionnel composé de 2 membres. Les membres du jury ne sont pas impliqués dans le parcours de formation des candidats et sont totalement indépendants par rapport à ceux-ci (aucun lien personnel ni professionnel). La décision finale sera donnée par le certificateur VERT LA TABLE au cours d'un jury de délivrance de certification. En cas de réussite, un **certificat de compétences** sera édité par VERT LA TABLE et sera remis à l'apprenant par voie électronique.

Équivalence et passerelles :

- Sans équivalence de niveau

Prochaines sessions :

- Nous contacter

Suite de parcours et débouchés :

- Cuisinier



Les formatrices

Karelle MOGADE : Formatrice diplômée, + de 10 ans d'expérience dans le domaine de la naturopathie et la cuisine végétale
Fabienne GIBOYAU, référente handicap, formatrice diplômée (+de 20 ans), spécialisée en gestion et en communication



Coût HT

4 450 € / stagiaire

Support remis
Livret dématérialisé reprenant tous les thèmes abordés



Certification visée : RS6583

Certificateur : Vert La Table

Intitulé de la certification :

Intégrer la cuisine végétale et sans allergènes dans son activité professionnelle