

# LISTE DES TECHNIQUES PROFESSIONNELLES À MAITRISER

## 1. Préparations préliminaires

Techniques de transformation d'un produit brut en un produit propre.

TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)		AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATIONS
Habiller un poisson plat	Turbot, barbue, saint-Pierre, flétan	
Habiller une volaille effilée	Poulet, pintadeau, pigeon, canard, caille, Habiller un gibier à plumes	
Préparer des abats de boucherie	Rognon, ris, cervelle, cœur, foie...	
Préparer un céphalopode	Calamar, seiche, poulpe	
Préparer un crustacé	Crabe (laver, brosser) Écrevisse (châtrer), Préparer un homard, une langouste	
Ouvrir à cru des coquillages, d'autres fruits de mer	Coquilles Saint-Jacques, palourdes, des amandes...  Oursins, violets...	Préparer un plateau de fruits de mer

## 2. Gestuelles de base (tailles, découpes, liaisons, divers apprêts, etc)

2.1 Famille des tailles, découpes et désossages...

TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)		AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATION
Hacher au couteau un tartare	Viande, poisson, légumes	Préparations spécifiques : rillettes (de poisson, de viande)
Tourner des artichauts Tourner une tête de champignon	Légumes (artichaut, champignons de Paris)	
Détailler des pièces entières de poisson Détailler un tronçon, une darne, une tranche	Pièces entières de poisson rond et plat, tronçons de homard, queue de lotte	

<b>Détailler des pièces entières de viande</b> Détailler une côte	Pièce entière de viande avec os (bœuf, agneau, porc, veau, mutton-shop, baron, rouelles, selle)	
<b>Découper des pièces entières de gibiers et découpes spécifiques</b>	Pièces entières de volaille : lapin, volaille, lièvre, faisan	Ouvrir en portefeuilles, crapaudines, griller
<b>Désosser à cru une pièce de viande, de volaille</b> Manchonner une côte, un carré Désosser une cuisse de volaille	Pièce de viande (côte) : Agneau, veau, porc Pièce de volaille : volaille (cuisse), lapin râble), aileron de volaille, caille, pigeon	
Désosser des pièces entières	Agneau : carré, selle, épaule Lapin : râble Volaille entières (pour ballotine, galantine....), carré de bœuf, poitrine de veau	Désosser (« couler ») un gigot d'agneau, Fendre ½ agneau, ½ porc
<b>Détailler des pièces de viande</b> Détailler de la poitrine salée ou fumée Détailler en morceaux des viandes	Viande : agneau, bœuf, veau ...	
Découper des steaks, des pavés, des escalopes Détailler des noisettes, des tournedos	Bœuf (steack, pavé, tournedos, chateaubriands) Agneau (médaillons) Veau (médaillons, escalopes, grenadins) Carpaccio Paupiettes	Tailler jambon à l'os, jambon à la griffe
<b>Détailler des pièces de poisson rond et plat</b> Tailler des pavés, des dos, des escalopes, des goujonnettes	Poisson rond, plat Carpaccio Paupiette	Tailler saumon fumé .
<b>Lever des filets de poissons ronds et plats</b>	rouget, saumon, loup barbue, turbot, daurade, St pierre, Lotte...	
<b>Désarêter un poisson plat entier</b>	Poisson plat (façon « Colbert », poisson farci, poisson soufflé)	

## 2.2 Famille des apprêts

<b>TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)</b>		<b>AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATION</b>
<b>Décortiquer des crustacés crus/cuits</b>	Écrevisses, langoustines, langouste, homard	Trousser un crustacé
<b>Dénervé</b>	Pièce de viande, de volaille Filet de poisson, « foie gras »	
	Pattes de volaille ou gibier	
<b>Farcir</b>	Légumes, fruits	

	<p><u>Portion</u> :</p> jambonnette de volaille paupiette, crépinette filet de poisson	
	<p><u>Pièce entière</u> :</p> poisson rond portion poisson plat (poisson farci, poisson soufflé, filet de poisson) mollusque : calamar volaille : galantine, ballotine râble carré selle poitrine de veau, lapin <u>Portion</u> : pâtes fraîches (ravioles, cannellonis...)	Farcir sous la peau Farcir un sushi, maki Contiser une volaille Embosser, operculer
<b>Ficeler</b>	Ficeler en melon (pièce d'agneau, de volaille)	
<b>Monter une préparation spécifique</b>	Poissons, crustacés, coquillages (coquille Saint Jacques) Légumes Papillote Brochette	Monter un samossa Monter une pastilla Monter une chartreuse Pressé, marbré (légumes, foie gras...)
Monter une pièce en croûte (base pâte feuilletée) Pièce viande, volaille, gibier, poisson	pâte à sel, d'argile, pâte à pain, Envelopper de feuille de brick, pâte à filo	Luter (une cocotte)
<b>Piquer, larder</b> Viande, volaille, gibier, poisson	Larder avec légumes, chorizo...	Barder façon écailles, «tressage»
<b>Plier des filets de poisson</b> Plier en lavallière Plier en tresse	Tresse, lavallière, cylindre, tournedos	Plier en tubes (sous papier film)

### 2.3 Famille des liaisons

<b>TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)</b>		<b>AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATION</b>
<b>Lier à l'amidon</b>  Lier à la farine Lier à la fécule de pommes de terre Lier à l'amidon de maïs	Farine torréfiée (sauce tomate, sauces de ragoûts et veloutés) Fécule de pommes de terre (sauces brunes) Maïzena (sauces blanches) Crème de riz (bisques, potages) Autres liaisons amidon (tapioca, poudre fruits secs, mie de pain)	

<b>Lier aux purées de légumes ou de fruits</b>	Fruits (amylacés) Pulpe fine de tomate, oignon, champignon...	
<b>Lier aux protéines</b>	Sang Corail (Saint-Jacques, oursin, ...) Foie (foie gras, foie de rouget, foie de volaille...) Encre Œufs Pieds, couenne, arêtes	Lier à la sauce hollandaise, béarnaise, à la sauce aïoli Lier au fromage
<b>Lier aux matières grasses (par émulsion)</b>	Matière grasse : beurre, crème Huile Beurre de cacao	
<b>Lier aux additifs (épaississants – gélifiants)</b>	Gelée Bavarois, mousse	Espumas Gelée pour fonds de plat Sphérification Additifs pour gel non thermo-réversible : Gomme gellane, Agar-agar, Carraghénane, Alginate, Xanthane Pectine jaune
<b>Foisonner</b>	Blanc en neige Crème fouettée Bouillon, écume Espumas, cappuccino Milk shake	

### **3. Marinades, saumures, fonds, fumets, marmites, gelées, essences et glaces**

#### 3.1 Famille des marinades et saumures

<b>TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)</b>		<b>AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATION</b>
<b>Marinade crue</b>	Viande, volaille, gibier (pour civet, estouffade, daube...) Poisson (pour pochouse, matelote...)	Marinade pour tandoori, curry Marinade à sec (aux épices, ...) Marinade à l'asiatique
<b>Marinade cuite</b>	Pièce de viande de boucherie, venaison Façon escabèche, légumes, autres poissons	
<b>Saumure, salage à sec</b>	Poisson (saumon pour gravlax) Saumure seiche viande, poisson, volaille, foie gras, charcuterie... Saumure liquide citron, chou, jambon à l'os	Macération dans le sucre des fruits (pour confiture), chutney Confire au sucre Confire à l'alcool Confiture à la graisse

### 3.2 Famille des fonds, fumets, marmites, gelées, essences et glaces

TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)		AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATION
<b>Fonds brun lié</b>	Veau, gibier (poivrade) Canard Agneau	Espagnole ou ½ glace, chaud-froid
<b>Fumets</b>	Poisson (base vin rouge, base vin blanc) Fumet crustacés, soupe, marmite	Chaud-froid
<b>Glace</b>	Viande, volaille, poisson, crustacé fruits, légumes	Essence, miroir
<b>Marmite Gelée</b>	Bœuf, volaille, poisson, crustacé, gibier	Consommé lié (type Germiny) Royale, chaud-froid
<b>Court-bouillon Nage</b> Éléments liquides, divers, épices, et aromates	Légumes, viandes, abats, poissons, volailles	Matelote traditionnelle
<b>Blancs de cuisson</b>	Légumes (artichauts, cardons, salsifis, blettes)	Cuire dans un blanc des abats

### 4. Sauces, gelées, jus et coulis (version salée)

TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)		AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATION
<b>Sauces émulsionnées chaudes dérivées</b>	Montée à l'huile Sabayon Beurre montée Utilisation d'émulsifiants	Émulsion <i>siphonnée</i>
<b>Sauces brunes</b>	Viandes, volailles Sucrées, salées, collées	
<b>Sauces rouges</b> Sauce tomate	Sauces tomates dérivées (aromatisées) Coupées sauces brunes	
Sauce à base de crustacés	Américaine et dérivés	
<b>Gelées</b>	Liquide base : infusion, pulpe ou jus de fruits, alcools, ... Gels irréversibles (base agar- agar, pectine)	
<b>Jus</b>	Viande rouge et blanche Volaille (poulet, ...) Poisson, légume, émulsion.	
<b>Coulis de légumes</b>	Légumes : tomate, asperge, olives, avocats, pistou, raifort, herbes : menthe, basilic	
<b>Crème de ...</b>	Légumes : ail, fenouil, asperge, ciboulette... Mousseuse, siphonnée	Émulsion siphonnée

## 5. Sirops, sauces, gelées, jus et coulis (version sucrée)

TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)		AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATION
<b>Sirop</b> Sirop léger pour tremper Sirop pour puncher Sirop pour pocher	Variantes de sucre Épices, aromates, condiments Parfums	Glaçage Gelée décor Sucres cuits Confitures Granités, sorbets
<b>Sauce gastrique</b>	Glaçage, dérivés, crémée, beurrée	
<b>Sauce / crème anglaise dérivées</b>	Bavaroise, mousse, mix à glace, crème au beurre, crèmeux, ganache...	
<b>Gelées</b>	Liquide base : infusion, pulpe ou jus de fruits, alcools, gels irréversibles ...	
<b>Jus</b>	Fruits, légumes, herbes, émulsions	

## 6. Appareils et crèmes salés (farces, beurres composés, appareils divers, mousses...)

TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)		AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATION
<b>Farces</b> Farce à gratin	Volaille Abattis (foie de volaille) corail	
Farce mousseline	Veau, volaille Crustacé, poisson	Farce pour terrine, pâté, galantine
Farce à la panade (quenelles, godiveau, ...)	Quenelles Godiveau Boudin blanc Mousse de foie, de jambon	
<b>Purées – dérivées</b> Appareil à pommes macaire Appareil à gnocchi de pommes de terre Appareil à pomme Dauphine	Macaire, dauphine, gnocchi, duchesse	
<b>Appareils à soufflés</b>	Appareil à soufflé salé sur base sauce Mornay, farce mousseline	
<b>Appareils liés à l'amidon</b>	Variantes de féculents : pommes de terre, riz, semoule, polenta, gnocchi Autres féculents Pois chiche, épeautre	
<b>Mousses</b>	Version salée (base légumes, foie gras, fromage, ...) Émulsifiants, agar agar	

## 7. Appareils et crèmes sucrés (appareils divers, mousses, crèmes...)

TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)		AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATION
<b>Appareils liés à l'amidon</b>	Version sucrée Variantes de liquide : lait, crème, jus, ... Variantes de féculents : riz, semoule, polenta, risotto	
<b>Appareils à soufflés</b>	Appareil à soufflé Sucre base crème pâtissière	Appareil à soufflé (sans farine)
<b>Mousses</b> Mousse froide base pâte à bombe légère Mousse froide base crème anglaise Mousse à base de meringue	Version salée (base légumes, foie gras, fromage, ...) Version sucrée Soufflé glacé Mousse chaude	
<b>Crèmes pâtissières dérivées</b> (crème Chiboust, ...)	Autres texturants : gélatine, beurre, beurre de cacao, chocolat, ... Allégeant : crème fouettée, meringue italienne, crème catalane, incorporation de gaz, ...	<u>Appareil à soufflé chaud</u> : appareil à gratin base crème pâtissière
<b>Crème fouettée et dérivés</b> (salés et sucrés) Crème Chantilly	crème avec additifs	Crème Pana cota pour entremets, Espuma, écumes Milk shake
<b>Crèmes d'amande dérivées</b>	Frangipane, Petits fours Verrine	
<b>Sabayon et pâte à bombe</b>		
<b>Crème au beurre à ...</b>	Sirop Crème au beurre à base de crème anglaise, à base de meringue italienne	
<b>Crème ganache</b>	Variantes autres liquides	

## 8. Pâtes (versions salées et sucrées)

TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)		AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATION
<b>Appareils à fours secs : crémés, mélangés</b>	Pâte à cigarette Pâte à tuile Pâte à décor Version sucrée, salée Croustillants (crèmes, miel)	

<b>Nougatine ou croquante</b>	Fruits secs (amandes, noisettes, ....) Autres produits et produits (fondant, glucose)	
<b>Pâte molle</b> Pâte à choux	Version salée/version sucrée Parfumées, autres Matières grasses	Pâte à choux pour friture (appareil à beignet soufflé : pets de nonne, beignet, pignat elli...) Panade, Gaufres Gnocchi
<b>Pâtes levées (fermentées)</b> Pâte à savarin Pâte à brioche	Version salée, sucrée Pizza, pain, baba, brioche, pain de mie, croissant	Base friture Kouign-amann
<b>Pâtes levées (non fermentées)</b> Pâte à cakes Pâte à madeleine	Version salée Version sucrée Pain d'épices Marbré, 4/4	
<b>Pâtes à pâtes fraîches</b> Pâte à nouilles	Version salée Version sucrée Raviole Base semoule spätzles	
<b>Pâtes battues</b> Pâte à biscuit	Savoie, amandes, cuiller	
<b>Meringues</b> Meringue française Meringue italienne Meringue cuite	Macarons	Autres appareils meringués : Russe, Succès, Progrès, dacquois
<b>Pâte à crêpes</b>	Blinis, pancake, cannelés	
<b>Pâte à frire</b>	Tempura, autre tendances	

## 9. Cuissons

<b>TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)</b>		<b>AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATION</b>
<b>Cuire par contact</b> Sauter Griller, marquer au grill Sauter paner Sauter meunière <i>Brûler</i> des demi-oignons Sauter-déglacer Rissoler (pommes sautées à cru) Sauter des omelettes (plates, roulées) Cuire des œufs brouillés	Cuire au wok Cuire au maigre Plancha	
<b>Cuire en atmosphère - sèche</b> Rôtir	Robe des champs Duchesse Cuire à blanc	Rôtir un abat, un gibier Fumer à chaud / fumer à froid  Cuire un gratin Bayaldi



<b>- humide</b>	Sous-vide Cuire à l'étouffée Cuire en croûte de sel Cuire sous pression	
<b>Cuire par immersion départ à chaud</b>	Pocher à froid à chaud Court bouillon, nage Cuire œuf poché Cuire à court mouillement Confire sirop Cuire dans un blanc	
<b>Cuire par immersion dans une matière grasse</b> Frire	Frire avec enrobage	
<b>Cuire par rayonnement</b>	Glacer, gratiner, cuire à la broche	
<b>Cuire par combinaison (double cuissons)</b>		
Par rayonnement + atmosphère sèche		
Contact surface solide + immersion : braiser à brun braiser à blanc, ragoût de légumes		Lièvre à la royale Effilochée de paleron Matelote Salmis
Contact solide + atmosphère humide : poêler	Barigoule	
Cuire des pommes de terre spécifiques	Anna maxime paillason soufflé	
<b>Cuire à « basse température »</b> Cuire sous-vide Braisier, ragoût à brun / à blanc, pocher, ... Confire un légume, une viande, une volaille... Confire au sucre Confire à l'alcool		Cuire à « juste température »
<b>Cocter</b> Mariner (acide, alcool) Macérer (sel, sucre)		

## 10. Décorations et finitions

<b>TECHNIQUES (AVEC VARIANTES PRODUITS)</b>		<b>AUTRES TECHNIQUES ou PRÉPARATION</b>
<b>Décorer sur pièce entière</b> Lustrer Napper Masquer Glacer	Laquer Chaud-froiter Bordures d'entremets Biscuit imprimé, rayé... Technique d'impression sur gelée (base transparent) Fonds d'assiette, de plat	

<p><b>Décorer des supports</b>  Technique d'écriture au cornet  Décorer des fonds d'assiette, de plat</p>		
<p>Façonner à la cuillère des petits décors à base de :</p> <p>-Pâtes</p> <p>- Légumes, herbes, fruits, fleurs, charcuterie (séchés, cristallisés, poudre)</p> <p>-Décors à base de sucre (sucre coulé, sucre tiré, sucre soufflé, pastillage, ...)</p> <p>Décors à base de sucre cuit (caramel, sucre filé, sucre bullé)</p> <p>-meringue</p> <p>-chocolat (couverture non précristallisée)</p>	<p>Pâte à nouille frite, pâte à choux frite, feuille de brick, pâte à filo, pain de mie</p> <p>duchesse...</p> <p>Herbes</p>	<p>Décor à base de pâte d'amande</p> <p>Décors à base de chocolat (couverture pré-cristallisée) : boucles, tubes (grillagés ou non), vagues, nœuds rayés, copeaux</p> <p>Décor à la glace royale</p> <p>Décor à base de sucre</p>
<p><b>Sculpter</b>  Canneler  Historier</p>	<p>Sculpter des fleurs de légumes</p>	