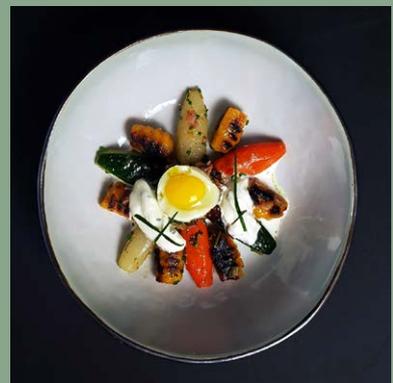


**GASTRONOMICOM**  
- FRANCE -

# Programme 12-mois Cuisine

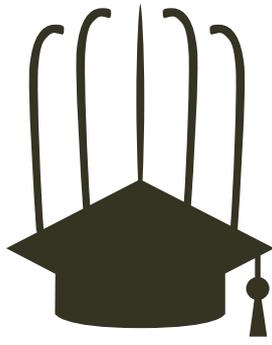
Exemples de plats réalisés



GASTRONOMICOM INTERNATIONAL CULINARY ACADEMY  
8, RUE DES MOULINS À HUILE | 34300 AGDE | FRANCE  
T : +33 4 67 32 15 07 | CONTACT@GASTRONOMICOM.FR

**GASTRONOMICOM.FR**





# GASTRONOMICOM

- FRANCE -

## Semaine 1 : entrées froides



> Tarte au confit d'oignon et tapenade, légumes croquants

*Techniques utilisées*

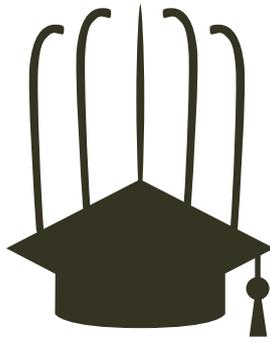
*Pâte brisée, «fraisier», foncer une pâte dans un cercle, émincer un oignon, julienne de légume, faire une tuile croustillante a la poêle*

> Jardin de légumes en différentes textures

*Techniques utilisées*

*Tourner un artichaut, tuile dentelle, taillage de légumes, pistou, chlorophylle de roquette*





# GASTRONOMICOM

- FRANCE -

## Semaine 2 : entrées chaudes



> Gnocchi de pomme de terre et patates douce au romarin, petits légumes tournés et champignon au lard

*Techniques utilisées*

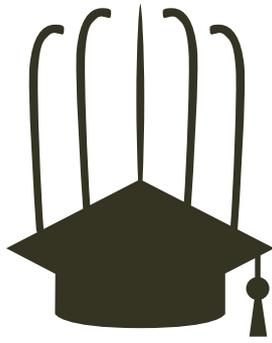
*Appareil à gnocchi, pomme de terre et patate douce, tourner des légumes et les glacer, quenelle de crème fouettée*

> Tarte soufflée parmesan, consommée à l'oignon

*Techniques utilisées*

*Sauce béchamel, sauce Mornay, appareil à soufflé, pâte à foncer, bouillon clair*





# GASTRONOMICOM

- FRANCE -

## Semaine 3 : poissons et leurs sauces



> Filet de daurade, fregola sarda, avocat rôti, réduction du fumet crémé au citron corsé. Mornay, appareil à soufflé, pâte à foncer, bouillon clair

*Techniques utilisées*

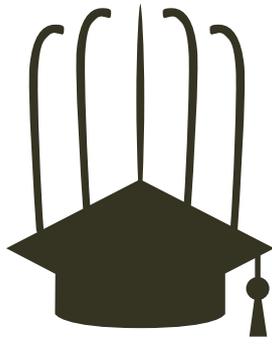
*Habiller et fileter une daurade, fumet de poisson, liaison par réduction et citron corsé*

> Saint Jacques poêlées, mini ratatouille, sauce au vin rouge, polenta croustillante parmesan et romarin

*Techniques utilisées*

*Ouvrir des saint Jacques et conserver les bardes pour faire une sauce au vin rouge, mini ratatouille, polenta croustillante*





# GASTRONOMICOM

- FRANCE -

## Semaine 5 : viandes et leurs sauces



> Filet de canette laquer, croûte de pistache et carottes en croûte de sel, gel d'orange

*Techniques utilisées*

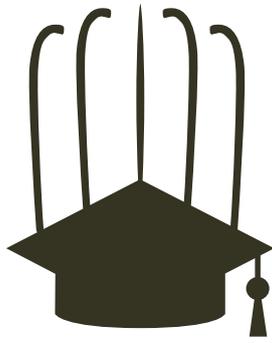
*Préparer un filet de canette, cuisson d'un légume en croûte de sel, gel d'orange, croûte de pistache, simple jus salé*

> Ballottine de poulet, carotte et coriandre, champignon, riz vénéré et jus de volaille et espuma d'herbes

*Techniques utilisées*

*Désosser une cuisse de poulet, farce fine de poulet, cuisson de riz vénéré, espuma d'herbes*





# GASTRONOMICOM

- FRANCE -

## Semaine 5 : entrées froides



> Poulpe grillé aux épices, fenouil en différente texture, vinaigrette fruit de la passion

*Techniques utilisées*

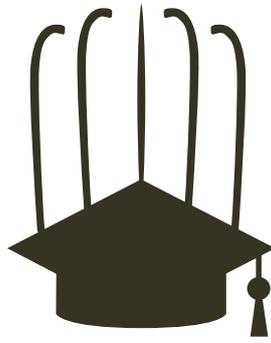
*Cuisson du poulpe, utiliser un fenouil en plusieurs textures, vinaigrette de fruits*

> Pressée de foie gras chocolat noir et céleri doré, salade de pommes et céleri branche

*Techniques utilisées*

*Déveiner et cuire un foie gras cuisson en terrine, mariage du chocolat et du céleri gel de céleri branche*





# GASTRONOMICOM

- FRANCE -

## Semaine 6 : entrées chaudes



> Berlingots de saumon , crème de cresson et tuile sésame au paprika

*Techniques utilisées*

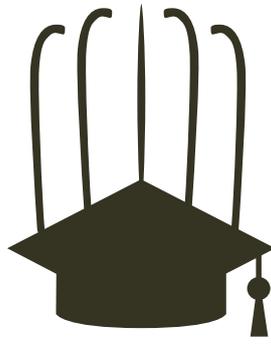
*Confectionner une pâte à ravioli à plusieurs couleurs et faire des berlingots, crème de cresson, tuile feuille croustillante*

> Croustilles d'escargot, crème de persil, purée de choux fleurs, poireau confit

*Techniques utilisées*

*Dégorger et cuire des escargots, croustilles coulant, utilisation d'un poireau en totalité*





# GASTRONOMICOM

- FRANCE -

## Semaine 7 : poissons et leurs sauces



> Pavé de cabillaud, radis rose au shiso, Frégola sarda et oignon croquant.

*Techniques utilisées*

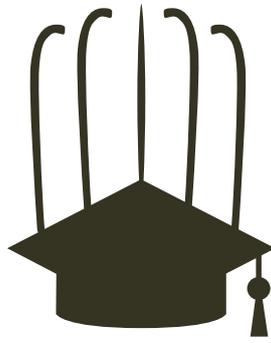
*Lever les filets de cabillaud, utilisation de shiso cuisson de frégola sarda et oignon croquant*

> Filet de maquereau cuit à la flamme, taboulé de choux fleurs, moule, et chou fleur rôti, vinaigrette pamplemousse

*Techniques utilisées*

*Préparer des filets d'un maquereau, faire un taboulé de choux fleurs, faire une sauce vierge (instable) à base de fruits*





# GASTRONOMICOM

- FRANCE -

## Semaine 8 : viandes et leurs sauces



> Filet de canette laquer, croûte de pistache et carottes en croûte de sel, gel d'orange

*Techniques utilisées*

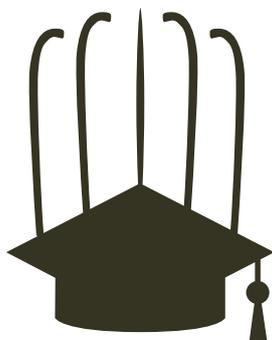
*Désosser un carré d'agneau, réalisation d'un jus de romarin, réalisation d'une croûte multicolore, cuisson d'une cuisson d'artichaut barigoule*

> Épaule d'agneau confite, confiture de tomates épicées, artichaut barigoule, huile de coriandre

*Techniques utilisées*

*Désosser une épaule d'agneau, réalisation d'un rôti et d'une sauce avec beaucoup d'épices, confiture de tomates, huile d'herbe, cuisson d'un artichaut barigoule*





# GASTRONOMICOM

- FRANCE -

## Semaine 9 : entrées froides



### > Huîtres en différentes textures

*Techniques utilisées*

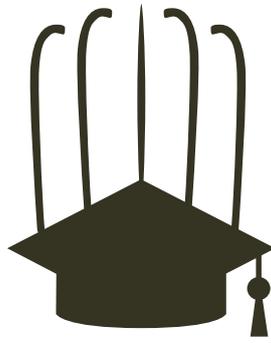
*Réaliser différentes recettes à base d'huîtres crues et cuites avec différentes textures*

### > Damier d'asperges vertes à la chair de crabe, œuf de hareng, sabayon d'anis vert

*Techniques utilisées*

*Réalisation d'un damier d'asperge, d'un flan d'asperge, d'un gel de basilique bien vert et d'un sabayon*





# GASTRONOMICOM

- FRANCE -

## Semaine 10 : entrées chaudes



> Mousse de homard au foie gras et concombres sur un sablé pistaches aux pépins de courge

*Techniques utilisées*

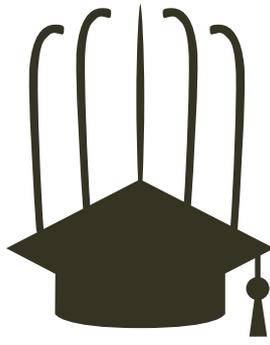
*Découpe et cuisson d'un homard, fumet de homard. Mariage terre et mer de homard et foie gras à la façon d'un entremet individuel*

> Carbonara d'encornet, salade de wakamé, crème d'oignon brûlé confit et huile de vin rouge

*Techniques utilisées*

*Faire une tartelette à base de pâte très fine et d'algue, travailler un encornet en carbonara confire un oignon brûlé au vin rouge et faire une sauce a deux couleur.*





# GASTRONOMICOM

- FRANCE -

## Semaine 11 : poissons et leurs sauces



> Pavé de maigre aux anchois, palourde, béarnaise au beurre noisette, petit pois à la française et pommes de terres croustillante

### *Techniques utilisées*

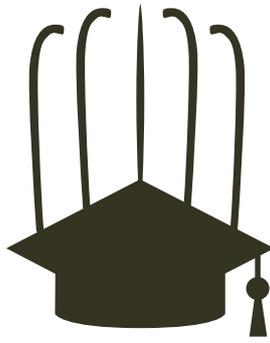
*Fileter un maigre à cru, nettoyer et cuire des palourdes, émulsion chaude au beurre noisette, petit pois à la française*

> Seiche poêlée au tandoori, purée de carotte et pousse d'épinards, petit épeautre, émulsion carotte orange, meringue au piment d'Espelette

### *Techniques utilisées*

*Taillage des seiches façon hérisson, cuisson d'épeautre, émulsion de carotte, réalisation d'une meringue salée*





# GASTRONOMICOM

- FRANCE -

## Semaine 12 : viandes et leurs sauces



### > Préparation d'un cocktail salé

*Techniques utilisées*

*Confection d'une douzaine de canapés*

### > Filet de bœuf Wellington, pressé de céleri rave

*Techniques utilisées*

*Nettoyer un filet de bœuf pour la réalisation d'un bœuf Wellington, pâte à crêpe, duxelles de champignon, sauce madère, et d'un presser de céleri rave*

