

GASTRONOMICOM
- FRANCE -

Programme 3 mois Cuisine

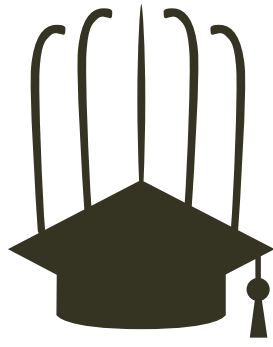
Exemples de plats réalisés pendant la formation



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'oignons et à la tapenade, légumes croquants

Techniques utilisées :

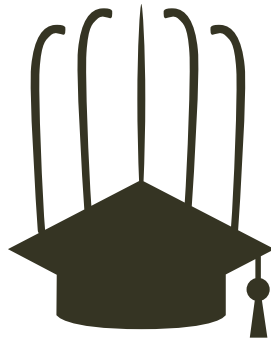
pâte brisée, fraiser une pâte, fonder une
pâte dans un cercle, émincer un oignon,
julienne de légumes, réaliser une tuile
croustillante à la poêle.

Ratatouille façon caponata et œuf poché, coulis de roquette

Techniques utilisées :

taillage des légumes en brunoise,
cuisson d'un œuf poché,
réalisation d'un coulis de roquette.





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 2 : Entrées chaudes



Gnocchis de pomme de terre et potiron au romarin, petits légumes tournés et champignons au lard

Techniques utilisées :

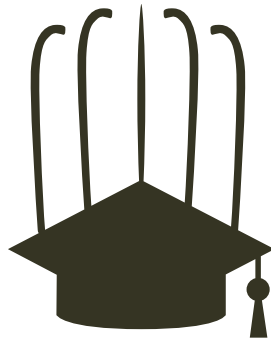
réaliser un appareil à gnocchi à base de pomme de terre et de potiron, tourner des légumes et les glacer, réaliser une quenelle de crème fouettée.

Risotto à l'eau de tomate

Techniques utilisées :

cuisson d'un risotto, nacer le riz, utilisation de champignons mixés, tailler une brunoise et utiliser les parures, ciseler des oignons, réalisation d'une eau de tomate et d'un fond blanc de volaille.





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 3 : Poissons et leurs sauces



Filet de daurade, fregola sarda, avocat rôti, réduction de fumet crémé et condiment au citron corsé

Techniques utilisées :

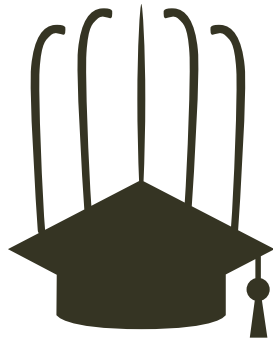
habiller et fileter une daurade, réaliser un fumet de poisson, lier par réduction, réaliser un condiment au citron corsé.

Dos de cabillaud au jus de bouillabaisse, boulgour fondant et croustillant

Techniques utilisées :

lever les filets d'un cabillaud, mariner un poisson au sel pour raffermir sa chair et mieux maîtriser sa cuisson, réaliser un jus de bouillabaisse.





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 4 : Viandes et leurs sauces



**Filet de canette laqué,
croûte de noix,
carottes en croûte de sel
et gel d'orange**

Techniques utilisées :

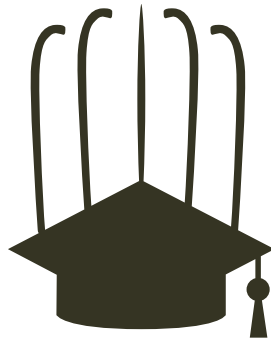
préparer un filet de canette, cuire un légume en croûte de sel, réaliser un gel d'orange, réaliser une croûte de noix, réaliser un jus simple salé.

**Ballotine de poulet,
carotte et coriandre,
champignons, riz
vénéré, jus de volaille et
espuma d'herbes**

Techniques utilisées :

désosser une cuisse de poulet, réaliser une farce fine de poulet, cuire du riz vénéré, réaliser un espuma d'herbes.





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 5 : Entrées froides



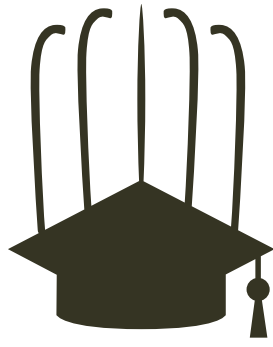
Tartelette de filet de saumon, écailles de concombre, émulsion à l'huile d'aneth

Techniques utilisées :
réaliser un saumon gravlax à la betterave, réaliser une pâte à tarte croustillante, réaliser une huile d'aneth, réaliser une émulsion sans jaune d'œuf.

Pâté en croûte de canard et volaille, pickles de betteraves, salade de noix

Techniques utilisées :
réaliser une pâte à pâté en croûte, préparer une farce de canard et de volaille, monter et cuire un pâté en croûte, réaliser un gel de pickles à l'agar-agar.





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 6 : Entrées chaudes



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

Techniques utilisées :

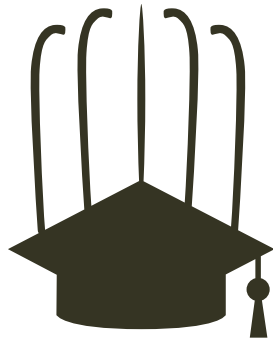
confectionner une pâte à ravioli multicolore, réaliser des berlingots, réaliser une crème de cresson, réaliser une tuile croustillante au sésame et paprika.

**Cromesquis d'escargots,
crème de persil, purée
de chou-fleur et
poireau confit**

Techniques utilisées :

dégorger et cuire des escargots, réaliser des cromesquis coulants, utiliser un poireau dans sa totalité.





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 7 : Poissons et leurs sauces



**Pavé de cabillaud,
radis roses au shiso,
fregola sarda et
oignon croquant**

Techniques utilisées :

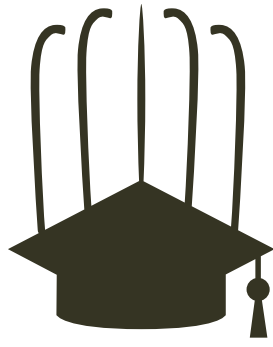
lever les filets de cabillaud, utiliser le shiso, cuire la fregola sarda, réaliser des oignons croquants.

**Filet de maquereau cuit
à la flamme, taboulé de
chou-fleur, chou-fleur
rôti et vinaigrette au
pamplemousse**

Techniques utilisées :

lever les filets d'un maquereau, réaliser un taboulé de chou-fleur, rôti un chou-fleur, réaliser une sauce vierge aux agrumes.





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 8 : Viandes et leurs sauces



Carré d'agneau en croûte multicolore, artichauts à la barigoule et jus d'agneau

Techniques utilisées :

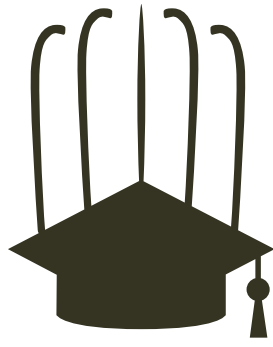
désosser un carré d'agneau, réaliser un jus d'agneau au romarin, réaliser une croûte multicolore, cuire des artichauts à la barigoule.

Mignon de porc farci aux champignons et aux herbes, sauce café, purée de pommes de terre

Techniques utilisées :

préparer un filet mignon de porc, réaliser une chlorophylle d'épinards, des farces de différentes couleurs et une duxelles de champignons, réaliser une sauce café.





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 9 : Entrées froides



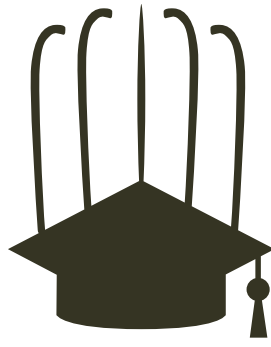
Huîtres en différentes textures

Techniques utilisées :
réaliser différentes préparations à base d'huîtres crues et cuites, travailler différentes textures.

Damier d'asperges vertes à la chair de crabe, œufs de hareng et sabayon à l'anis vert

Techniques utilisées :
réaliser un damier d'asperges, un flan d'asperges, un gel de basilic bien vert, un sabayon.





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 10 : Entrées chaudes



Mousse de homard au foie gras et concombre, sur sablé pistache et aux graines de courge

Techniques utilisées :

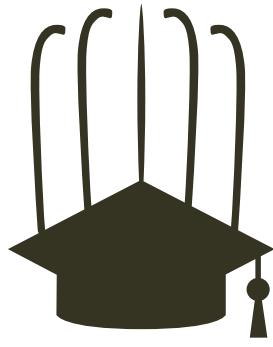
découper et cuire un homard, réaliser un fumet de homard, associer le homard et le foie gras dans une préparation terre et mer, monter un entremets individuel salé.

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

Techniques utilisées :

réaliser une tartelette fine aux algues, travailler l'encornet façon carbonara, confire un oignon brûlé au vin rouge, réaliser une sauce bicolore.





GASTRONOMICOM

- FRANCE -

Semaine 11 : Poissons et leurs sauces



Pavé de maigre aux anchois, palourdes, béarnaise au beurre noisette, petits pois à la française et pommes de terre croustillantes

Techniques utilisées :

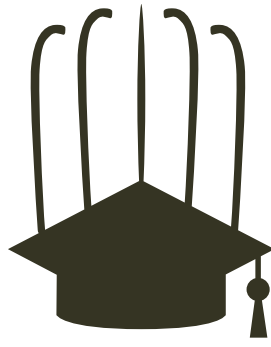
fileter un maigre à cru, nettoyer et cuire des palourdes, réaliser une émulsion chaude au beurre noisette, des petits pois à la française, des pommes de terre croustillantes.

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

Techniques utilisées :

tailler la seiche façon hérisson, cuire le petit épeautre, réaliser une émulsion carotte-orange, réaliser une meringue salée.





GASTRONOMICOM
- FRANCE -

Semaine 12 : Viandes et leurs sauces



Filet de bœuf Wellington et pressé de céleri-rave

Techniques utilisées :

nettoyer un filet de bœuf pour
réaliser un bœuf Wellington, réaliser
une pâte à crêpes, une duxelles de
champignons, une sauce mère, un
pressé de céleri-rave.

Préparation d'un cocktail salé

Confection d'une douzaine de canapés différents.

