

Mention Complémentaire Art de la Cuisine Allégée

Nouveau - Rentrée 2019

Définition et analyse du métier:

Cette Mention Complémentaire de niveau V permet de se spécialiser sur un créneau porteur : la cuisine gourmande et le bien-être. Le titulaire de ce diplôme est capable de confectionner des plats à la fois équilibrés, appétissants et savoureux. Il maîtrise les techniques culinaires traditionnelles et plus récentes et sait cuisiner avec peu de matière grasse. Il est également en mesure d'élaborer de nouvelles recettes.

Le diplômé peut débiter comme cuisinier dans un établissement de thalassothérapie, un centre de remise en forme ou une station thermale, mais aussi dans un restaurant collectif ou commercial proposant des repas allégés. Une cuisine de qualité qui allie bien-être et santé.

Contenu de la Formation

15 semaines de stage professionnel en entreprise

12 semaines de formation au lycée, chacune comprenant comme cours :

- Pratique professionnelle en cuisine : 15H
- Pratique professionnelle en dessert, pâtisserie : 5H
- Technologie professionnelle : 4H
- Sciences appliquées : 4H
- Diététique : 2H
- Accompagnement Personnalisé : 1H
- Sciences appliquées : 4H
- Arts appliqués : 2H
- Anglais : 2H

Condition d'accès à la formation :

Être titulaire :

- BTS : Diététique, Management Hôtellerie-Restauration
- BAC STHR ou BAC PRO cuisine
- CAP, BEP ou Brevet Professionnel Cuisine.
- Justifier d'une expérience en cuisine ou autre (étude cas/cas)

Modalités de la formation :

Formation unique dans la région OCCITANIE, dispensée en 1 an :

- sous Contrat d'Apprentissage en partenariat avec le CFA Académique Occitanie (moins de 30 ans ou plus si handicap)
- sous Contrat de Professionnalisation en partenariat avec le Greta Midi Pyrénées Sud (plus de 30 ans)



Lycée des METIERS de l'Hôtellerie-Restauration, de l'Alimentation et des Services Tertiaires
Avenue d'Azereix – BP 21649 – 65016 TARBES Cedex - Tel : 05 62 34 51 13

Site Web : <http://lautreamont.entmip.fr> - Facebook : @Lautreamont.Tarbes - Twitter : @Lautreamont65