



LC FORMATIONS
CONSEIL & DEVELOPPEMENT

PROGRAMME DE FORMATION

CUISINE MOLÉCULAIRE

DOCUMENT REMIS AU STAGIAIRE
AVANT SON INSCRIPTION

CONTACT / RENSEIGNEMENT :

CASTILLON LAURÈNE – 06.69.23.18.16
CONTACT@LC-FORMATIONS.FR



FORMATION CUISINE MOLÉCULAIRE

➔ OBJECTIFS PROFESSIONNELS :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Comprendre les principes physico-chimiques qui transforment les textures et les saveurs en cuisine
- Maîtriser les techniques fondamentales de la cuisine moléculaire (sphérification, gélification, émulsions, espumas) pour surprendre et fidéliser sa clientèle
- Concevoir des assiettes créatives et rentables intégrant les techniques moléculaires dans une carte existante

➔ CATÉGORIE ET BUT

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 est : Action de formation

Cette action a pour but (article L.6313-3) : De favoriser l'adaptation des travailleurs à leur poste de travail, à l'évolution des emplois ainsi que leur maintien dans l'emploi et de participer au développement de leurs compétences en lien ou non avec leur poste de travail.

➔ PUBLIC

Le public concerné est : tout public.

➔ PRÉ-REQUIS

Les conditions d'accès sont :

Pré-requis : Aucun

Niveau exigé : Débutant

➔ DURÉE

Cette formation se déroule sur un volume de 7 à 100 heures, soit 1 à 15 jours.

Le volume horaire et le nombre de jours sont définis à l'issue de l'analyse du besoin, en fonction du niveau du stagiaire et des objectifs visés.

Volume horaire exact, dates et horaires : voir convention de formation.

➔ TARIF

Tarif : sur devis.

Le coût est établi en fonction du volume horaire retenu et des modalités de la formation. Il est communiqué dans le devis adressé avant toute contractualisation, puis repris dans la convention de formation.

Organisme de formation net de TVA.



FORMATION CUISINE MOLÉCULAIRE

➔ MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription est réputée acquise lorsque : La convention de formation est signée.
Les délais d'accès à l'action sont : 15 jours avant le début de l'action de formation.



FORMATION CUISINE MOLÉCULAIRE

➤ **MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT**

MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

L'organisation pédagogique repose sur l'individualisation accompagnée avec présence pédagogique constante du formateur.

OUTILS PÉDAGOGIQUES : L'intervenant alternera démonstrations culinaires, manipulations guidées sur poste de travail et ateliers de création libre. Chaque stagiaire disposera du matériel professionnel adapté : siphons, thermoplongeurs, balances de précision, texturants alimentaires (agar-agar, alginate, lécithine) et azote liquide selon les recettes abordées.

Les exercices permettront de valider les acquis tout au long de la formation. Le stagiaire réalisera des préparations moléculaires complètes, notamment des sphérifications de coulis, des espumas salés et sucrés, des gels aromatiques et un dessert azoté dressé en conditions de service.

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES : Livret explicatif.

PRISE EN COMPTE DU HANDICAP : Les personnes en situation de handicap peuvent tout à fait rejoindre notre formation. Merci de nous contacter pour toute situation particulière.

ÉLÉMENTS MATÉRIELS DE LA FORMATION

Équipements divers mis à disposition : un ordinateur avec connexion internet sera mis à disposition du stagiaire.

Documentation : Le formateur s'appuiera sur des fiches techniques de recettes détaillées, un guide des texturants et de leurs dosages, des tableaux de correspondance températures/textures ainsi que des supports visuels illustrant les dressages contemporains.

COMPÉTENCES DES FORMATEURS

Le formateur référent possède les qualités nécessaires à la mise en place d'un parcours modulaire. Il a un rôle de formateur accompagnateur. Il réajuste en permanence le contenu de la formation en fonction des avancées du stagiaire. Il reste à l'écoute des besoins et répond au mieux aux attentes.

La formation est assurée par un formateur référent, spécialisé dans le domaine de la formation, sélectionné pour ses compétences pédagogiques et son expérience professionnelle. Son identité, son curriculum vitae et ses qualifications sont communiqués au stagiaire avant le démarrage de l'action et annexés à la convention de formation.



FORMATION CUISINE MOLÉCULAIRE

➔ CONTENU DE LA FORMATION

PARTIE 1 - COMPRENDRE LA CUISINE MOLÉCULAIRE

- Histoire et grands noms de la gastronomie moléculaire : de la recherche scientifique à l'assiette
- Les réactions physico-chimiques de base : coagulation, émulsion, gélification, réaction de Maillard
- Panorama des texturants et additifs autorisés : origine, propriétés, réglementation et étiquetage
- Hygiène, sécurité et bonnes pratiques spécifiques (azote liquide, dosages, allergènes)

PARTIE 2 - MAÎTRISER LES GÉLIFICATIONS ET SPHÉRIFICATIONS

- Gélification à chaud et à froid : agar-agar, gélatine, carraghénanes et leurs usages
- Sphérification directe et inversée : alginate, sels de calcium, bains et rinçages
- Réalisation de perles, ravioles liquides et caviars de saveurs
- Gestion des textures : billes fermes, cœurs coulants, gels cassants ou élastiques
- Conservation et remise en température des préparations gélifiées

PARTIE 3 - TRAVAILLER LES ÉMULSIONS, MOUSSES ET ESPUMAS

- Principes de l'émulsion : rôle de la lécithine et des protéines
- Utilisation du siphon : charges, textures chaudes et froides, entretien du matériel
- Aires, écumes et mousses légères pour sublimer une assiette
- Espumas salés et sucrés : recettes de base et déclinaisons créatives

PARTIE 4 - EXPLORER LE FROID EXTRÊME ET LES CUISSONS DE PRÉCISION

- Manipulation sécurisée de l'azote liquide : sorbets minute, meringues glacées, effets de table
- Cuisson sous vide et basse température : maîtrise des textures et des jutosités
- Cristallisations, poudres et terres comestibles (maltodextrine, déshydratation)
- Association des techniques froides et chaudes dans une même assiette

PARTIE 5 - CRÉER ET INTÉGRER UNE OFFRE MOLÉCULAIRE RENTABLE

- Construction d'un plat signature : équilibre des saveurs, des textures et du visuel
- Calcul des coûts matière et rentabilité des techniques moléculaires
- Dressage contemporain et mise en scène de l'assiette pour la salle et les réseaux sociaux
- Adaptation des techniques à sa carte : menu dégustation, cocktails moléculaires, desserts spectaculaires
- Atelier de création : conception, réalisation et présentation d'une assiette complète

➔ SUIVI ET ÉVALUATION

EXÉCUTION DE L'ACTION

Les moyens permettant de suivre l'exécution de l'action sont :

- Feuilles de présence émargées par les stagiaires et le formateur
- Attestation remise aux stagiaires ayant suivi la formation Cuisine moléculaire avec assiduité

MODALITÉS D'ÉVALUATION DES RÉSULTATS (OU D'ACQUISITION DES COMPÉTENCES)



FORMATION CUISINE MOLÉCULAIRE

Les moyens mis en place pour déterminer si le stagiaire a acquis les connaissances ou les gestes professionnels précisés dans les objectifs sont :

- Questions orales et exercices pratiques
- Réalisation évaluée de préparations moléculaires (sphérification, espuma, gélification) selon une grille technique
- Mise en situation finale



LC FORMATIONS
CONSEIL & DEVELOPPEMENT

LC FORMATIONS

50 AVENUE DES CHAMPS ELYSEES 75008 PARIS SIRET 88379731800036 - SARL AU CAPITAL SOCIAL DE 1000 €- NUMÉRO TVA INTRACOMMUNAUTAIRE FR77883797318 DÉCLARATION D'ACTIVITÉ DE FORMATION ENREGISTRÉE SOUS LE N°11757183875 DU PRÉFET DE RÉGION D' ÎLE-DE-FRANCE