



Formation professionnelle

Devenir Sushiman/woman

Objectifs :

- Histoire : comprendre l'origine de la philosophie et des idéologies liées au Sushi ;
- Choix et préparation des aliments : le riz, les assaisonnements et condiments principaux, les différents types de poissons, les différents types de légumes ;
- Préparation et assemblage : réaliser différents types de sushis ; de sashimis ;
- Organisation : savoir identifier et utiliser les ustensiles de confection, les couteaux de cuisine japonais ; organiser son espace de travail, connaître les principes de dressages.

Lieu

21 rue Lavoisier, 17440 Aytré

Dates

Du 15 au 19 avril 2024

Du 17 au 21 juin 2024

Durée

5 jours (35 heures)

Cible

Personne souhaitant lancer son activité (food truck, restaurant, dark-kitchen...) ou acquérir de nouvelles techniques dans la confection des sushis.

Prérequis

Aucun – Cette formation est accessible aux débutants.

Prix

2160€TTC
(1800€HT)

Programme

Jour 1

Présentation du programme et du déroulé de la semaine

Matériel : Présentation, choix, utilisation et entretien

Autocuiseur, Hangiri, Shamoji, passoire....

Couteaux Japonais: Présentation, choix, utilisation et entretien

Choix et préparation du riz : Théorie et démonstration

Théorie : variétés, provenances, choix, stockage, préparation, utilisation, stockage

Démonstration : Lavage, rinçage, cuisson, mélange, débarrassage

Saumon : Théorie, démonstration et pratique

Choix de l'espèce, provenances, préparation, découpe, utilisation, stockage, durabilité

Techniques de confection des sushis : Nigiri Sushi

Jour 2

Théorie et histoire du sushi

- Histoire et origines & philosophie de la cuisine japonaise

- Similitudes et différences entre le Sushi traditionnel et les spécificités du marché français

Préparation du riz : préparation en autonomie

Avocat et concombre : Choix, stockage, préparation, découpe

Techniques de confection des sushis : Nigiri Sushi et Hosomaki

Organisation du plan de travail

- Mise en place du plan de travail, organisation pendant le service, rangement



Yuko Perez ou
Michaël Pankar



Modalités et délais d'accès

La formation est accessible par inscription via le bulletin disponible sur le site internet ou remis par mail. Il est possible de s'inscrire jusqu'à 15 jours avant le début de la formation.



Méthodes pédagogiques

Les cours théoriques reposent sur un support de présentation illustré (une copie du support est remise à chaque participant).

Les cours pratiques ont lieu dans la cuisine pédagogique.



Effectif

8 personnes maximum



Accessibilité

Nos locaux sont accessibles aux personnes en situation de handicap, néanmoins, nous vous recommandons de prendre contact avec nous pour que nous puissions vous accueillir dans les meilleures conditions.



Validation des compétences

Epreuve pratique finale
Diplôme de fin de formation.

Contact et référent handicap :

camille@sushi-robots.eu

+33 05 54 54 12 18

Jour 3

Dorade Royale et Bar : Théorie, démonstration et pratique

Choix de l'espèce, provenances, préparation, découpe, utilisation, stockage, durabilité

Daikon : Choix, stockage, préparation, découpe

Préparation du riz : préparation en autonomie

Sashimi : découpe, ingrédients, dressage

Techniques de confection des sushis : Uramaki

Techniques de confection des sushis : Temaki, Futomaki

Jour 4

Choix, stockage, préparation, découpe et utilisation des assaisonnement et condiment de bases

Présentation du vinaigre de riz et assaisonnement pour sushi, du Nori, du Wasabi (Raifort et vrai Wasabi)...

Maquereau, chinchard, sardines, turbot, barbue : Théorie, démonstration et pratique

Choix de l'espèce, provenances, préparation, découpe, utilisation, stockage, durabilité

Préparation du riz : préparation en autonomie

Techniques de confection des sushis : Futomaki, Temaki

Dressage des assiettes et principes de la vente à emporter

Technique de confection des sushis en autonomie : Uramaki, Nigiri, Hosomaki

Jour 5

Préparation du riz : préparation en autonomie

Gambas : Théorie, démonstration et pratique

Choix de l'espèce, provenances, préparation, découpe, utilisation, stockage, durabilité

Evaluation théorique et pratique