# 31ST ONTARIO TECHNOLOGICAL SKILLS COMPETITION

## TORONTO, ONTARIO

## MONDAY MAY 4, 2020

# POST - SECONDARY

## CULINARY ARTS CONTEST

TEST PROJECT


**TECHNICAL CHAIRS:**

Steve Benns (Co-Chair) steven.benns@flemingcollege.ca
Stanley Zerdin (Co-Chair) stanley.zerdin@dpcdsb.org
Pat Nixon (Co-Chair)
Dean Michielsen (Co-Chair)

**TECHNICAL COMMITTEE MEMBERS :**

David Franklin (Head Judge - Kitchen)
Olaf Mertens (Head Judge - Tasting)
Christopher Ennew (Industry Liaison – Institutional)
Karen Linehan-Caulfield (Industry Liaison – Secondary Education)
Benjamin Lillico (Industry Liaison – Commercial Foodservice)
Sebastian Cugno (Health & Safety Representative)
Shane Kennedy (Industry Liaison – Corporate Foodservice)
Kira Smith (Industry Liaison – Manufacturing Research & Development)

**PAST CHAIRS:**

Brent Coakwell (Technological Advisor)
Robert Chick (Culinary Advisor)
Tyrone Miller (Technical Advisor)

# General Information

**It is important that all participants review the "Contest Description". Many important instructions are only included in the "Contest Description" document.**

This test project is information about the project itself, whereas the contest description will inform participants on such topics as equipment supplied by the competitor, equipment supplied by the technical committee, uniform guidelines (PPE's), judging criteria, etc.

To be well informed about the contest, consult the scope at http://www.skillsontario.com/index.php/en/students/scopes-secondary.

All questions regarding the contest must be directed to **both** Technical Committee Chairs:

Steve Benns at steven.benns@flemingcollege.ca
Stanley Zerdin at stanley.zerdin@dpcdsb.org
**With the subject line:**
**``Skills Ontario – Post-Secondary Competition – Question``**

**All questions (and answers) will be posted to the Skills Ontario web site under the scope documents (labelled "Contest Q&A - 2020") for all participants to review.**

# Competition Schedule

## Module 1 – Monday May 4, 2020

| | |
|---|---|
| **6:45 a.m.** | Arrival of competitors and judges.<br>Equipment Drop-off & Registration |
| **7:00 a.m.** | Station Set-up |
| **7:30 a.m.** | Contest Orientation |
| **8:00 a.m.** | Start of Competition |
| **8:30 a.m.** | Presentation of Module 1 menus (English or French)<br>Submit Costing Recipe Exercise |

| | |
|---|---|
| **10:30 a.m.** | **Pressure Test Presentation** |
| **11:30 a.m.** | **Presentation of Competencies** |

There is a five (5) minute window to present the Competencies. Competencies must be served from 11:30 a.m. to 11:35 a.m. After which one (1) point will be deducted per minute until 11:40 a.m. At 11:41 a.m. plates will no longer be accepted for judging.

| | |
|---|---|
| **11:40 a.m.** | End food preparation and clean up |
| **12:00 p.m.** | Lunch |

## Module 2 – Monday May 4, 2020

| | |
|---|---|
| **12:30 p.m.** | Start of competition |
| **1:00 p.m.** | Presentation of Module 2 menus (English or French) |

| | |
|---|---|
| **3:30 p.m.** | **Presentation of Appetizer** |
| **4:00 p.m.** | **Presentation of Main Course** |
| **4:30 p.m.** | **Presentation of Dessert** |

There is a (5) minute window to present your dishes. For example, the Dessert must be served from 4:30 p.m. to 4:35 p.m. After which one (1) point will be deducted per minute until 4:40 p.m. At 4:41 p.m. plates will no longer be accepted for judging.

| | |
|---|---|
| **4:30 p.m.** | Cleaning and packing |
| **5:15 p.m.** | Competitor Debrief |
| **5:30 p.m.** | Competitors leave the contest area. |

| Module 1 | Recipe Costing, Competencies & Pressure Test |
|---|---|
| Description | **Competitors must complete a recipe costing exercise, the pressure test and prepare vegetable precision cuts. Competitors may complete any additional Mise en place for Module 2.**<br><br>**Recipe Costing Exercise**<br>• Costing exercise will have a 30-minute deadline from the start of the contest.<br>• See Appendix #1 – Recipe Costing Example<br><br>**Pressure Test**<br>• See Appendix #2 – Pressure Test Examples & Supporting Documents<br><br>**Vegetable Precision Cuts** (These precision cuts **must be used** in Module 2. The associated courses are outlined below)**:**<br>• 0.100 kg Leeks - Julienne **(Appetizer Course)**<br>• 0.100 kg Carrots - Brunoise **(Appetizer Course)**<br>• 0.100 kg Zucchini – Tournee **(Main Course)**<br>• 0.100 kg Celeriac – Tournee **(Main Course)**<br>• 0.100 kg Button Mushrooms – Tournee **(Main Course)**<br>• See Appendix #3 – Precision Cuts<br><br>**Mise en Place for Module 2**<br>• Complete any Mise en Place for Module 2 |
| Ingredient Information | • A list of all ingredients available for this module is included in the "Common Table Post-Secondary Document" posted.<br>• **Dairy Limitations** – each competitor is limited to 1 litre of 35% cream, 500 g of butter and 12 eggs for both modules (excluding pressure test). |
| Service Details | • Containers for competencies will be provided.<br>• Pressure test to be presented in the appropriate plates, bowls or containers that will be provided by NTC.<br>• No service wares (china) permitted other than that provided by the committee. Service spoons, glasses, ramekins etc. are not allowed. |

| Module 2 | Appetizer, Main Course & Dessert |
|---|---|
| Description | **Prepare four (4) portions of a three (3) course menu**<br><br>**Appetizer:**<br>• Prepare a Lacto-Ovo vegetarian appetizer featuring a dry pulse. Your plate must include:<br>  ○ One (1) sauce minimum<br>  ▪ 100 ml of sauce served on the side for tasting<br>  ○ Edible garnish of your choice<br>  ○ Must include the Brunoise and Julienne competencies (from Module 1).<br>• Must be served warm (minimum 72 C).<br>• Must have a balance of colours, textures and flavours.<br><br>**Main Course:**<br>• Prepare a **gluten free** seafood main course featuring sustainably farmed salmonid and shrimp (a salmonid such as spring, steelhead, trout, char, etc.). Your plate must include:<br>  ○ The assigned mystery item – **Seafood**<br>  ○ A minimum of one (1) whole grain from the common table.<br>  ○ An edible garnish that contributes to the dish.<br>  ○ One (1) sauce minimum<br>  ○ Must include the tournee competencies (from Module 1).<br>• Must present a dish according to the recommendations of the Canada Food Guide that half the dish served is comprised of colourful vegetables.<br>• Cooking temperature must meet industry safety standards.<br><br>**Dessert:**<br>• Prepare a Dessert with ingredients found on the common table. Your plate must include:<br>  ○ **Almond Milk** and **Avocado.**<br>  ○ An edible garnish that contributes to the dish.<br>  ○ One (1) sauce minimum.<br>  ○ The assigned mystery item – **Fruit or Berry**<br>  ○ Edible garnish of your choice that contributes to the dish.<br>• Must include a warm component (minimum 72C) and a cold component on the plate.<br>• Competitors must include the Italian meringue (should it be selected as the pressure test). |
| Service Details | • Present four (4) plates for each course, three (3) to the judges & one (1) plate for public display.<br>• Portion Size (per plate):<br>  ○ Appetizer: 0.150 kg minimum to 0.200 kg maximum<br>  ○ Main Course: 0.250 kg minimum to 0.350 kg maximum |

| | |
|---|---|
| | ○ Dessert: 0.150 kg minimum to 0.200 kg maximum<br>• No service wares (china) permitted other than that provided by the committee. Service spoons, glasses, ramekins etc. are not allowed.<br>• Please refer to the Contest Description for plate specifications |
| Ingredient Information | • A list of all ingredients available for this module is included in the "Common Table Post-Secondary Document" posted.<br>• Dairy Limitations – each competitor is limited to 1 litre of 35% cream, 500 g of butter and 12 eggs for both modules (excluding pressure test) |
| Mystery Ingredient | All Mystery Items will be drawn and posted to Skills Ontario Web Site on Monday April 27, 2020.<br>• The Mystery Seafood could be any of the following:<br>○ Scallops, 20-30 CT, IQF<br>○ Clams, Soft Shell, razor, fresh<br>○ Clams, Hard Shell, littleneck, fresh<br>○ Mussels, blue, fresh<br>• The Mystery Fruit or Berry could be any of the following:<br>○ Strawberries, fresh & IQF<br>○ Raspberries, fresh & IQF<br>○ Mangos, fresh<br>○ Oranges, fresh |

# Appendix #1 - Recipe Costing Exercise – Instructions & Example

This sample is for competitors to use for practice. It is suggested that by using this template competitors will know what is expected. The recipe included will not be the one given at the competition. The green and orange shaded areas will be blank and need to be populated with the correct information based on the information provided in the adjoining columns.

- Worksheet and calculator are provided by NTC.
- Competitor must supply writing implement – pen or pencil
- Competitor CANNOT use their own device for their calculations. (i.e.: smartphone, tablet, personal calculator, other programmable device, laptop).
- No food is to be contacted until costing exercise is completed & submitted.
- Costing exercise may be presented before the 30 minute deadline.
- Competitors may start set-up and cooking once they are finished.
- Technical Committee will pick up completed form with the menus.
- Marking: 1 mark for green shaded cells, 2 marks for pink shaded cells

| Name of recipe _____ | | | | | | | | No. of Portions: | | 22 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Ingredient | As Purchased (AP) | | | Edible Portion (EP) | | | | Recipe - Units Needed | | Recipe Ingredient Cost |
| | Purchase Amount | Unit. | Purchase Cost | Edible Portion Yield % | Yielded amount | | Unit Cost (Cost per gram) | | | |
| Onion, Spanish | 20 | kg | $ 19.57 | 90% | 18,000 | gr | $ 0.001 | **250** | **gr** | $ 0.27 |
| Carrot | 20 | kg | $ 16.85 | 93% | 18,600 | gr | $ 0.001 | **125** | **gr** | $ 0.11 |
| Celery | 525 | gr | $ 1.91 | 82% | 431 | gr | $ 0.004 | **125** | **gr** | $ 0.55 |
| Eggs - whole, separated for whites | 684 | gr | $ 3.48 | 40% | 274 | gr | $ 0.013 | **250** | **gr** | $ 3.18 |
| Lemons | 576 | gr | $ 7.80 | 50% | 288 | gr | $ 0.027 | **30** | **gr** | $ 0.81 |
| | | | | | | | | | | |
| **Calculate the number of *complete* portions the recipe will yield , given a (#, ml, gm) portion size** | | | | | | | | | | |
| **Calculate the cost per ingredient, and Total Recipe cost.** | | | | | | | | | | |
| **Calculate the yielded cost per portion** | | | | | | | | | | |
| **Calculate the Suggested Selling Price, given a 23.5% Food Cost.** | | | | | | | | | | |
| **Calculate the Gross Profit per portion in dollars/cents.** | | | | | | | | | | |

| | |
|---|---|
| **Total Recipe Cost ($)** | **$ 4.66** |
| **Yielded Cost Per Portion ($)** | **$ 0.21** |
| **Suggested Selling Price ($)** | **$ 0.90** |
| **Food Cost %** | **23.5%** |
| **Gross Profit per portion ($)** | **$0.69** |

# Appendix #2 – Pressure Test Examples & Supporting Documents

Competitors will be assigned a skills "pressure" test that will reflect real-world situations where cooks are required to adjust work plans in order to meet unexpected guest requirements.

During orientation (In the presence of the competitors and the Technical Committee, the head kitchen judge will draw a skill from the list below. Competitors will be given 5 minutes prior to the start of the competition to adjust their work plans to accommodate the added tasks. Trainers cannot be present or assist the competitors with this task. The timing judge will give competitors a 5-minute warning for when their pressure test needs to be presented.  All competitors will perform the same pressure test.

## <u>One</u> of the five following items will be drawn during orientation for Module 1.

| # | Pressure Test | Timing |
|---|---|---|
| *1* | **Prepare Chicken Consommé**<br>• Present 2 bowls Chicken Consommé Julienne<br>• Technical Committee will provide 0.500 kg ground chicken and 1.5 litres white chicken stock.<br>• Julienne of Carrot, Celery, Leek<br>• Contestants have 2 hours to present from contest start time<br>• Quantity: Yield 1 litre<br>• Present: 2 bowls (175 ml each) plus remaining Consommé in provided deli container. | 2 Hours allotted<br><br>Start: 8:30 a.m.<br>Finish: 10:30 a.m. |
| 2 | **Prepare Italian Meringue**<br>• Should meringue be the pressure test chosen, it is to be incorporated into the competitor's dessert course.<br>• On a parchment lined ½ bake sheet pipe 12 identical rosettes in three rows of four rosettes. All must be equal in size and identical in shape and evenly spaced on bake sheet.<br>• See picture below for shape guideline.<br>• Quantity: ½ of the recipe guideline provided.<br>• Presentation: ½ bake sheet provided. | 30 minutes allotted<br><br>Start: 10:00 a.m.<br>Finish: 10:30 a.m. |
| 3 | **Egg Cookery**<br>• Competitors will be assigned 5 varieties from the list below.<br>• Competitors must serve two (2) of each variety.<br>• Eggs will be judged on appearance temperature, timing, and taste.<br>• Varieties:<br>  ○ Sunny Side<br>  ○ Over Easy<br>  ○ Over Medium<br>  ○ Poached Soft<br>  ○ Poached Medium<br>  ○ Soft Boiled<br>  ○ Hard Boiled<br>• Competitors will have a maximum of 2 dozen eggs for the contest. This includes the competencies, appetizer, main course, and dessert.<br>• Presentation: ½ bake sheet and deli containers provided depending on selections<br>• Directions and Instructions for egg cookery can be found in either of the following publications: | 15 minutes allotted<br><br>Start: 10:15 a.m.<br>Finish: 10:30 a.m. |

| | | |
|---|---|---|
| | ○ On Cooking, Labensky et al<br>○ Professional Cooking, Gisslen | |
| 4 | **Filet a Round Fish**<br>• Should fileting a fish be the pressure test chosen, it is to be incorporated into the competitor's main course.<br>• Present two (2) boneless and skinless filets.<br>• Include all trim and bones with the filets.<br>• Presentation: ½ bake sheet provided. | 15 minutes allotted<br><br>Start: 10:15 a.m.<br>Finish: 10:30 a.m. |
| 5 | **Prepare Hollandaise Sauce**<br>• Prepare using the classical method using a reduction, and the proper ratio utilizing 227 grams (½ pound) butter.<br>• Presentation: Deli container provided for sauce. | 30 minutes allotted<br><br>Start: 10:00 a.m.<br>Finish: 10:30 a.m. |

# Appendix #2.1 – Supporting Documents

The recipes for the pressure tests have been referenced one (1) of the following textbooks:

Gisslen, Wayne. (2018). ***Professional Cooking for Canadian Chefs*** (9th edition). New Jersey: John Wiley & Sons.

Labensky, Sarah et al. (2017). **On Cooking, A Textbook of Culinary Fundamentals** (7th Canadian edition). New Jersey: Pearson.

Gisslen, Wayne. (2017). ***Professional Baking*** (7th edition). New Jersey: John Wiley & Sons.

- The Technical Committee has provided recipes for the pressure tests. These recipes are intended to be a guide, and should be adjusted as required to provide appropriate quantities, flavours, and correct seasoning.
- Although recipes are included for this pressure test, it is recommended that you refer to one of the suggested textbooks. You will find procedural guidelines and in-depth supporting materials for the preparation and cooking techniques needed in the three (3) course menu.
- These textbooks also include photographs, text and online content that illustrates proper and safe working techniques as well as important aspects of the menus preparation (e.g. knife handling, reducing liquids, cooking roux, roasting meat, vegetable cookery, quick breads and guidelines for plate presentations).
- Common and correct cooking practices should be respected and are encouraged.
- Where ingredients may be unavailable or out of season, appropriate substitutions should be made.

# Chicken Consommé

**Source:** Professional Cooking 9th edition
**Page:** 238 (see variation)
**Yield:** 4 Litres (1 Gallon)
**Number of portions:** 15
**Portion Size:** 0.250 litre (8 FL OZ)

| Ingredients | Metric | U.S. |
|---|---|---|
| Lean chicken, ground | 0.500 kg | 1 pound |
| Onion, for mirepoix | 0.250 kg | 8 ounces |
| Carrot, for mirepoix | 0.125 kg | 4 ounces |
| Celery, for mirepoix | 0.125 kg | 4 ounces |
| Egg whites | 0.250 kg | 8 ounces |
| Lemon juice | 0.030 litres | 1 fl oz |
| Parsley stems, chopped | 6-8 each | 6-8 each |
| Dried thyme | Pinch | Pinch |
| Bay leaf | 1 each | 1 each |
| Whole cloves | 2 each | 2 each |
| Peppercorns, crushed | 0.002 litres | ½ teaspoon |
| Chicken trimmings (wing tips and necks chopped and browned in a hot oven) | 0.250 kg | 8.8 ounces |
| Cold chicken stock | 5.000 litres | 5 quarts |

1. Combine the ground chicken, mirepoix, egg whites, lemon juice, herbs, spices and chicken trimmings in a tall, heavy stockpot. Mix the ingredients vigorously with a wooden paddle or a heavy whip.
2. Add about 1 pint (500 millilitres) cold stock and stir well. Let stand about 30 minutes.
3. Gradually stir in the remaining stock. Be sure the stock is well mixed with the other ingredients.
4. Set the pot on moderately low heat and let it come to a simmer very slowly. Stir occasionally.
5. When the simmering point is approaching, stop stirring.
6. Move the pot to lower heat and simmer very slowly for about 1.5 hours. Do not stir or disturb the raft that forms on top.
7. Very carefully strain the consommé through a china cap lined with several layers of cheesecloth.
8. Degrease thoroughly.
9. Season to taste.

# Italian Meringue

**Source:** Professional Baking 7th edition
**Page:** 259
**Yield:** 2 Litres (2 Quarts)

| Ingredients | Metric | U.S. |
|---|---|---|
| Sugar | 0.500 kg | 1 pound |
| Water | 0.125 kg | 4 ounces |
| Egg Whites | 0.250 kg | 8 ounces |

1. Heat the sugar and water in a saucepan until the sugar dissolves and the mixture boils. Boil until a candy thermometer placed in the syrup registers 240°F (115°C).
2. While the syrup is cooking, beat the egg whites in a mixing machine until they form soft peaks.
3. With the machine running, very slowly beat in the hot syrup.
4. Continue beating until the meringue is cool and forms firm peaks.
5. Pipe 12 rosettes on to parchment lined ½ bake sheet. All must be equal in size and identical in shape and evenly spaced.
6. See examples photos for shape reference:

# Filleting Round Fish

**Source:** Professional Cooking 9th edition
**Page:** 605

Cut into the top of the fish along one side of the backbone, from head to tail. Cut against the bone with smooth strokes of the knife to separate the flesh from the bone. Cut under the flesh toward the tail; detach it.

Cut along curved rib bones & finish detaching fillet at head end. Turn fish over & repeat to remove second fillet. Lightly run finger along flesh side of fillets to see if any bones remain. Pull out any bones you find. Skin fillets as for flatfish.

**TO SKIN**

Place fillet skin side down on the work surface, with the tail pointing toward you. Holding the skin at the tail end, slide the knife between the skin and flesh, scraping against the skin to avoid cutting into the fillet. Holding the tail with one hand, peel off the skin toward the head.

# Hollandaise Sauce

**Source:** Professional Cooking 9th edition

**Page:** 200

**Yield:** 0.720 Litres (24 fl oz)

**Number of portions:** 12

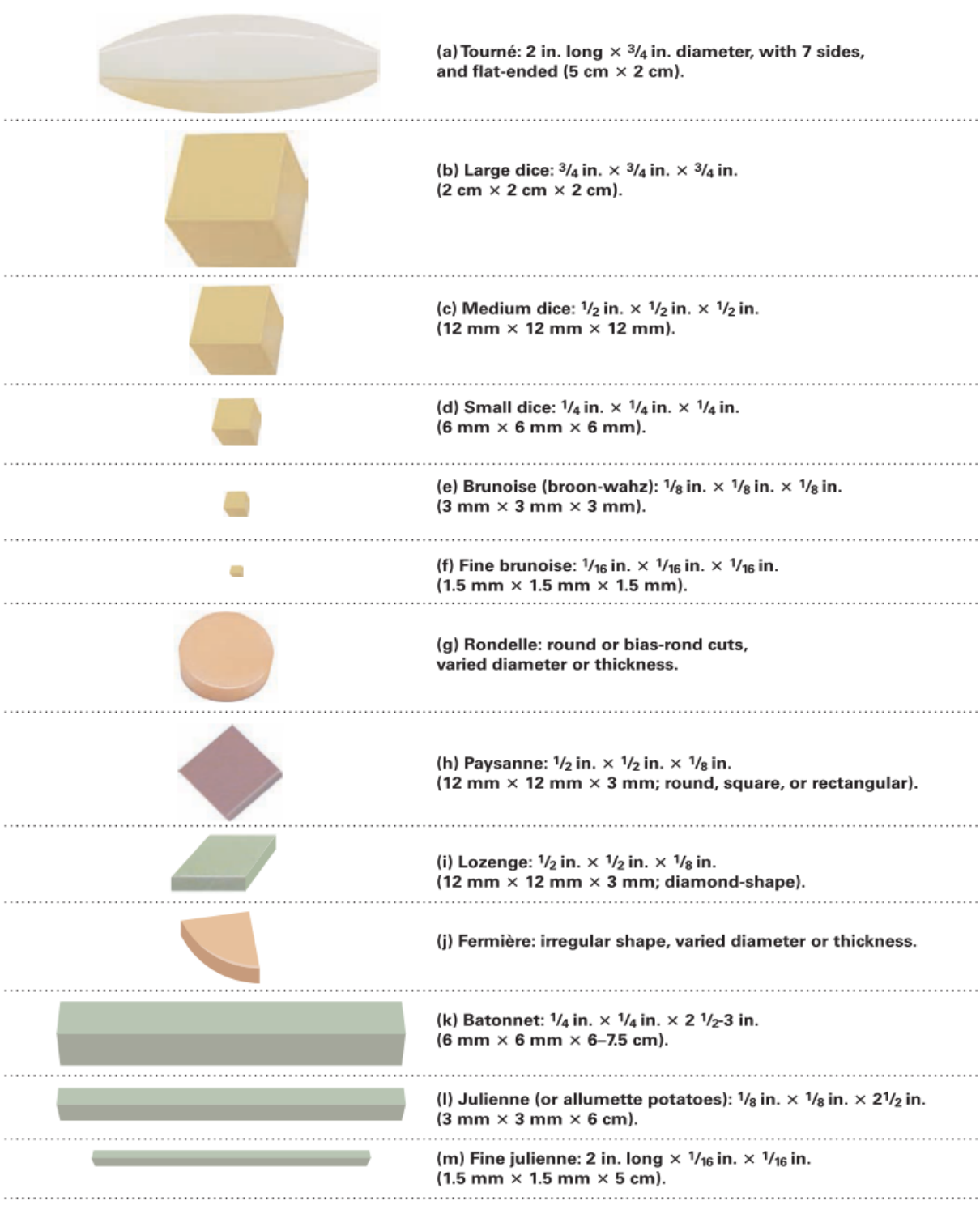
**Portion Size:** 0.060 litre (2 fl oz)

| Ingredients | Metric | U.S. |
|---|---|---|
| Butter - unsalted | 0.600 kg | 1 pound 4 ounces |
| Peppercorns, crushed | 0.0005 litre | ⅛ tsp |
| Salt | 0.0005 litre | ⅛ tsp |
| White vinegar or wine vinegar | 0.090 litres | 3 fl ounces |
| Cold water | 0.060 litres | 2 fl ounces |
| Egg yolks | 6 each | 6 each |
| Lemon juice | 0.015 to 0.030 litres | 1 to 2 Tbsps. |
| Salt | To taste | To taste |
| Cayenne pepper | To taste | To taste |

1. Clarify the butter. You should have about 0.480 litres (1 pint clarified butter. Keep the butter warm, but not hot.
2. Combine the peppercorns, salt, and vinegar in a saucepan and reduce until nearly dry (au sec). Remove from the heat and add the cold water.
3. Transfer into a stainless-steel bowl. Use a clean rubber spatula to make sure you transfer all the flavoring material to the bowl.
4. Add the egg yolks to the bowl and whisk well to combine.
5. Hold the bowl over a double-boiler and continue to whisk the yolks until they are thickened and creamy.
6. Remove the bowl from the heat. Using a ladle, slowly and gradually whisk in the warm, clarified butter. Add the butter drop by drop at first. If the sauce becomes too thick adjust with lemon juice and continue until all the butter is added.
7. Adjust seasoning with salt and cayenne. If necessary, thin the sauce with a few drops of warm water.
8. Strain through cheesecloth and keep warm (not hot) for service. Hold no longer than 2 hours.

# Appendix #3 – Precision Cuts

**Source:** Professional Cooking 9th edition
**Page:** 145



31ES OLYMPIADES DE COMPÉTENCES ONTARIO

TORONTO (ONTARIO)

LUNDI 4 MAI 2020

# POSTSECONDAIRE

## ARTS CULINAIRES

Projet d'épreuve

**COPRÉSIDENTS DU COMITÉ TECHNIQUE :**

Steve Benns (coprésident) steven.benns@flemingcollege.ca
Stanley Zerdin (coprésident) stanley.zerdin@dpcdsb.org
Pat Nixon (coprésident)
Dean Michielsen (coprésident)

**MEMBRES DU COMITÉ TECHNIQUE :**

David Franklin (juge en chef- cuisine)
Olaf Mertens (juge en chef - goût)
Christopher Ennew (représentant de l'industrie – établissement)
Karen Linehan-Caulfield (représentante de l'industrie – éducation palier secondaire)
Benjamin Lillico (représentant de l'industrie – service de restauration commerciale)
Sebastian Cugno (représentant santé et sécurité)
Shane Kennedy (représentant de l'industrie – service de restauration des entreprises)
Kira Smith (représentante de l'industrie – recherche et développement en fabrication)

**ANCIENS MEMBRES DU COMITÉ TECHNIQUE :**

Brent Coakwell (conseiller technique)
Robert Chick (conseiller culinaire)
Tyrone Miller (conseiller technique)

# Renseignements généraux

**Il est important que tous les concurrents consultent la description du concours puisqu'elle contient des renseignements que l'on ne retrouve pas ailleurs.**

Le présent document contient de l'information au sujet de l'épreuve en soi, tandis que la fiche descriptive décrit le matériel à apporter, l'équipement qui sera fourni par le comité, les directives concernant l'uniforme (EPI), les critères d'évaluation, etc.

Pour être bien renseigné au sujet du concours, veuillez consulter la fiche descriptive sur le site Web http://www.skillsontario.com/index.php?p=index&lm_lang=fr

Pour toute autre question, veuillez communiquer par courriel **avec les deux** coprésidents du comité technique :

Steve Benns steven.benns@flemingcollege.ca
Stanley Zerdin stanley.zerdin@dpcdsb.org
**En prenant soin d'indiquer ce qui suit comme sujet :**
**Compétences Ontario – Concours au palier postsecondaire – Question**

**Les questions (et réponses) seront affichées sur le site Web de Compétences Ontario sous la fiche descriptive (intitulé « Questions et réponses en vue du concours – 2020 ») pour que tous les concurrents puissent en prendre connaissance.**

# Horaire de l'épreuve

## Module 1 – Lundi 4 mai 2020

| | |
|---|---|
| **6 h 45** | Arrivée des concurrents et des juges.<br>Les concurrents déposent leur équipement et procèdent à l'enregistrement |
| **7 h 00** | Mise en place du poste de travail |
| **7 h 30** | Séance d'information au sujet de l'épreuve |
| **8 h 00** | Début de l'épreuve |
| **8 h 30** | Présentation des menus pour le Module 1 (anglais ou français)<br>Remise de l'exercice d'établissement des coûts d'une recette |

| | |
|---|---|
| **10 h 30** | **Présentation de l'épreuve de travail sous pression** |
| **11 h 30** | **Présentation des coupes de légumes** |

Les concurrents disposeront de cinq (5) minutes pour présenter leurs coupes de légumes. Les coupes de légumes doivent être présentées entre 11 h 30 et 11 h 35, après quoi un (1) point sera déduit de la note finale pour chaque minute de retard jusqu'à 11 h 40. À partir de 11 h 41, aucune assiette ne sera évaluée.

| | |
|---|---|
| **11 h 40** | Fin de la préparation des aliments et nettoyage |
| **12 h 00** | Dîner |

## Module 2 – Lundi 4 mai 2020

| | |
|---|---|
| **12 h 30** | Début de l'épreuve |
| **13 h** | Présentation des menus pour le Module 2 (anglais ou français) |

| | |
|---|---|
| **15 h 30** | **Présentation du hors-d'œuvre** |
| **16 h** | **Présentation du plat principal** |
| **16 h 30** | **Présentation du dessert** |

Les concurrents disposeront de cinq (5) minutes pour présenter leurs plats. Par exemple, le dessert doit être présentés entre 16 h 30 et 16 h 35, après quoi un (1) point sera déduit de la

note finale pour chaque minute de retard jusqu'à 16 h 40. À partir de 16 h 41, aucune assiette ne sera évaluée.

| | |
|---|---|
| **16 h 30** | Nettoyage et récupération des outils |
| **17 h 15** | Bilan avec les concurrents |
| **17 h 30** | Départ des concurrents |

| Module 1 | Exercice d'établissement des coûts d'une recette, compétences et travail sous pression |
|---|---|
| Description | **Les concurrents doivent compléter l'exercice d'établissement des coûts d'une recette, en plus de réussir l'épreuve de travail sous pression et de préparer des coupes de légumes. Si le temps le permet, les concurrents peuvent également faire la mise en place pour le Module 2.**<br><br>**Exercice d'établissement des coûts d'une recette**<br>• Les concurrents disposeront de trente (30) minutes pour compléter l'exercice d'établissement des coûts d'une recette (le début de la période de trente (30) minutes sera marqué par le début de l'épreuve).<br>• Voir l'annexe n° 1 – Exemple d'établissement des coûts d'une recette<br><br>**Travail sous pression**<br>• Voir l'annexe n° 2 – Exemples de travail sous pression et documentation connexe<br><br>**Coupes de précision de légumes** (Ces coupes de précision **doivent être utilisées** dans le Module 2. Les services sont définis ci-dessous) :<br>• 100 g de poireaux – julienne **(hors-d'œuvre)**<br>• 100 g de carottes – brunoise **(hors-d'œuvre)**<br>• 100 g de courgettes – légume tourné **(plat principal)**<br>• 100 g de céleri-rave – légume tourné **(plat principal)**<br>• 100 g de champignons de Paris – légume tourné **(plat principal)**<br>• Voir l'annexe n° 3 – coupes de précision<br><br>**Mise en place pour le Module 2**<br>• Procéder à la mise en place pour le Module 2 |
| **Renseignements au sujet des ingrédients** | • La liste de tous les ingrédients disponibles pour ce module figure dans le document « Table commune des ingrédients – palier postsecondaire |

| | |
|---|---|
| | » disponible en ligne .<br>• <u>Restrictions concernant les produits laitiers</u> – pour les deux modules, chaque concurrent n'aura droit qu'à 1 litre de crème 35 %, 500 g de beurre et 12 œufs (à l'exception de l'épreuve de travail sous pression) |
| **Détails concernant le service** | • Des contenants pour les légumes des coupes techniques seront fournis.<br>• Le travail sous pression doit être présentée dans l'assiette, le bol ou le contenant pertinent fourni(e) par le Comité technique.<br>• À part ce qui est fourni par le Comité, aucun autre service de table (porcelaine) n'est autorisé. Les cuillères de service, les verres, les ramequins, etc. ne sont pas permis. |
| **Module 2** | **Hors-d'œuvre, plat principal et dessert** |
| **Description** | **Préparer quatre (4) portions d'un menu trois (3) services**<br><u>Hors-d'œuvre :</u><br>• Préparer un hors-d'œuvre ovo-lacto végétarien mettant en vedette un légume sec. Votre assiette doit inclure:<br>  ○ Au moins une (1) sauce<br>  ▪ 100 ml de sauce servie dans une saucière<br>  ○ Une décoration comestible au choix<br>  ○ Doit inclure les compétences de coupes en brunoise et en julienne (du Module 1).<br>• Doit être servi chaud (minimum 72° C).<br>• Doit être équilibré sur le plan des couleurs, des textures et des saveurs.<br><u>Plat principal :</u><br>• Préparer un plat principal de fruits de mer **sans gluten** mettant en vedette un poisson-salmonidé et des crevettes élevés de façon durable (exemples de salmonidés : saumon quinnat, truite steelhead, truite omble, etc.). Votre assiette doit inclure:<br>  ○ Le <u>**fruit de mer**</u> mystère doit être intégré au plat<br>  ○ Au moins un (1) grain entier provenant de la table commune doit être utilisé.<br>  ○ Une décoration comestible doit rehausser le plat.<br>  ○ Au moins une (1) sauce<br>  ○ Doit comprendre les légumes tournés (du Module 1).<br>• La moitié de l'assiette doit être composée de légumes colorés, conformément aux recommandations du Guide alimentaire canadien.<br>• La température de cuisson doit respecter les normes de de l'industrie.<br><u>Dessert:</u> |

| | |
|---|---|
| | • Confectionner un dessert avec des ingrédients de la table commune. Votre assiette doit inclure:<br>  o du **lait d'amandes** et de l'**avocat;**<br>  o au moins une (1) sauce; et<br>  o l'ingrédient-mystère assigné – **Fruit ou baie**<br>  o une décoration comestible qui rehausse le dessert;<br>• Doit inclure un élément chaud (minimum de 72°C) et un élément froid sur l'assiette.<br>• Les concurrents doivent inclure une meringue italienne (si la meringue est choisie pour l'épreuve de travail sous pression). |
| **Détails du service** | • Présenter quatre (4) assiettes pour chaque service, trois (3) aux juges et une (1) pour le public.<br>• Taille par portion (par assiette):<br>  o Hors-d'œuvre : 150 g minimum à 200 g maximum<br>  o Plat principal : 250 g minimum à 350 g maximum<br>  o Dessert : 150 g minimum à 200 g maximum<br>• À part ce qui est fourni par le Comité, aucun autre service de table (porcelaine) n'est autorisé. Les cuillères de service, les verres, les ramequins, etc. ne sont pas permis.<br>• Veuillez consulter la fiche descriptive du concours pour des détails concernant l'assiette |
| **Renseignements au sujet des ingrédients** | • La liste de tous les ingrédients disponibles pour ce module figure dans le document « Table commune des ingrédients – palier postsecondaire » disponible en ligne .<br>• **Restrictions concernant les produits laitiers** – pour les deux modules, chaque concurrent n'aura droit qu'à 1 litre de crème 35 %, 500 g de beurre et 12 œufs (à l'exception de l'épreuve sous pression). |
| **Ingrédient-mystère** | **Tous les ingrédients mystère seront tirés au sort et affichés sur le site Web de Compétences Ontario le lundi 27 avril 2020.**<br>• Le **fruit de mer mystère** sera choisi parmi les choix suivants :<br>  o Pétoncles, 20 à 30 surgelées séparément<br>  o Palourdes couteau fraîches à carapace mole<br>  o Palourdes du Pacifique fraîches à carapace dure<br>  o Moules bleues fraîches<br>• Le **fruit ou la baie-mystère** sera choisi(e) parmi les choix suivants :<br>  o Fraises fraîches surgelées séparément<br>  o Framboises fraîches surgelées séparément<br>  o Mangues fraîches<br>  o Oranges fraîches |

# Annexe nº 1 – Exercice d'établissement des coûts d'une recette – Consignes et exemple

Ce modèle est fourni pour permettre aux concurrents de s'exercer. Ils auront ainsi ce que l'on attend d'eux. La recette donnée en exemple dans le tableau ne sera pas utilisée pour l'épreuve. Les chiffres indiqués dans les zones ombragées vertes et orangées seront masqués pour les besoins de l'exercice. Les concurrents devront y inscrire les données pertinentes d'après l'information fournie dans les colonnes voisines.

- La feuille de calcul et la calculatrice sont fournies par le Comité technique.
- Les concurrents doivent fournir le matériel d'écriture (crayon ou plume)
- Les concurrents NE PEUVENT PAS utiliser leur propre dispositif pour faire les calculs (p. exemple, téléphone intelligent, tablette, calculatrice personnelle, autre dispositif programmable, ordinateur portatif).
- Il est interdit de toucher aux aliments avant que l'exercice d'établissement des coûts soit terminé et remis.
- L'exercice d'établissement des coûts doit être remis dans le délai de 30 minutes.
- Les concurrents peuvent commencer leur mise en place et la préparation des aliments une fois qu'ils ont terminé l'exercice.
- Le comité technique ramassera les formulaires complétés en même temps que les menus.

Pointage : un (1) point pour les zones ombragées vertes et deux (2) points pour les zones ombragées

Anglais seulem

| Name of recipe _____ | | | | | | | No. of Portions: | 22 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Ingredient | As Purchased (AP) | | | Edible Portion (EP) | | | | Recipe - Units Needed | | Recipe Ingredient Cost |
| | Purchase Amount | Unit. | Purchase Cost | Edible Portion Yield % | Yielded amount | | Unit Cost (Cost per gram) | | | |
| Onion, Spanish | 20 | kg | $ 19.57 | 90% | 18,000 | gr | $ 0.001 | 250 | gr | $ 0.27 |
| Carrot | 20 | kg | $ 16.85 | 93% | 18,600 | gr | $ 0.001 | 125 | gr | $ 0.11 |
| Celery | 525 | gr | $ 1.91 | 82% | 431 | gr | $ 0.004 | 125 | gr | $ 0.55 |
| Eggs - whole, separated for whites | 684 | gr | $ 3.48 | 40% | 274 | gr | $ 0.013 | 250 | gr | $ 3.18 |
| Lemons | 576 | gr | $ 7.80 | 50% | 288 | gr | $ 0.027 | 30 | gr | $ 0.81 |
| | | | | | | | | | | |
| Calculate the number of ***complete*** portions the recipe will yield , given a (#, ml, gm) portion size | | | | | | | | | | |
| Calculate the cost per ingredient, and Total Recipe cost. | | | | | | | | | | |
| Calculate the yielded cost per portion | | | | | | | | | | |
| Calculate the Suggested Selling Price, given a 23.5% Food Cost. | | | | | | | | | | |
| Calculate the Gross Profit per portion in dollars/cents. | | | | | | | | | | |

| | |
|---|---|
| Total Recipe Cost ($) | $ 4.66 |
| Yielded Cost Per Portion ($) | $ 0.21 |
| Suggested Selling Price ($) | $ 0.90 |
| Food Cost % | 23.5% |
| Gross Profit per portion ($) | $0.69 |

# Annexe nº 2 – Épreuve de travail sous pression et documents connexes

Les concurrents et les concurrentes devront réaliser une épreuve de travail sous pression dans un contexte qui reflète des situations réelles dans lesquelles les cuisiniers doivent modifier leur plan de travail afin de répondre à des exigences inattendues de leurs invités.

Au début du concours, en présence des concurrents et du Comité, le juge en chef - cuisine choisira au hasard l'une des compétences indiquées dans le tableau suivant ainsi que le délai alloué pour son exécution. Les concurrents disposeront de cinq (5) minutes avant le début de l'épreuve pour modifier leur plan de travail afin d'y intégrer les tâches additionnelles. Aucun entraîneur ne pourra être présent ni les aider dans cette tâche. À cinq (5) minutes de l'heure de présentation, le juge chronométreur donnera un avertissement aux concurrents. Tous les concurrents seront soumis à la même épreuve de travail sous pression.

L'un des cinq (5) éléments suivants sera tiré au sort juste avant le début de l'épreuve du jour 1.

| No | Épreuve en temps limité | Délai |
|---|---|---|
| *1* | **Préparer un consommé de poulet**<br>• Présenter deux (2) bols de consommé de poulet avec julienne de légumes<br>• Le Comité fournira 500 g de poulet haché et 1,5 l de bouillon de poulet.<br>• Julienne de carottes, de céleri et de poireaux<br>• Les concurrents disposent de 2 heures pour présenter leur mets.<br>• Rendement: 1 l<br>• Servir deux (2) bols de 175ml et mettre le reste du consommé dans le contenant fourni. | 2 heures allouées<br><br>Début : 8 h 30<br>Fin : 10 h 30 |
| 2 | **Préparer une meringue italienne**<br>• Si la meringue est choisie pour l'épreuve de travail sous pression, elle devra être intégrée au dessert préparé par les concurrents.<br>• Sur une plaque à pâtisserie demi-taille tapissée de papier parchemin, créer à la douille douze (12) rosettes identiques disposées en trois (3) rangées de quatre (4) rosettes chacune. Toutes les rosettes doivent avoir la même grosseur et la même forme et être espacées de façon égale sur la plaque.<br>• Voir les photos ci-dessous pour un aperçu de la forme recherchée.<br>• Rendement : la moitié de la recette fournie<br>• Servir les rosettes sur la plaque demi-taille fournie | 30 minutes allouées<br><br>Début : 10 h<br>Fin : 10 h 30 |
| 3 | **Cuisson des œufs**<br>• Les concurrents devront présenter cinq (5) variétés (voir la liste ci-dessous).<br>• Ils devront servir deux (2) de chaque variété.<br>• Les critères d'évaluation seront la température des œufs, leur goût et le respect du délai. | 15 minutes allouées<br><br>Début : 10 h 15<br>Fin : 10 h 30 |

| | | |
|---|---|---|
| | • Variétés d'œufs<br>  ○ Œufs sur le plat (au miroir)<br>  ○ Œufs tournés légers<br>  ○ Œufs tournés moyens<br>  ○ Œufs pochés mollets<br>  ○ Œufs pochés moyens<br>  ○ Œufs mollets<br>  ○ Œufs durs<br>• Les concurrents auront un maximum de deux (2) douzaines d'œufs pour l'ensemble du concours. Ces œufs devront servir pour les compétences, le hors-d'œuvre, le plat principal et le dessert.<br>• Présentation : plate demi-taille et contenants seront fournis selon la sélection.<br>• On peut trouver des techniques de cuisson des œufs dans :<br>  ○ On Cooking, Labensky et cie<br>  ○ Professional Cooking, Gisslen | |
| 4 | **Lever les filets d'un poisson rond entier**<br>• Si cette épreuve est choisie, elle devra être incorporée au met principal des concurrents.<br>• Présenter deux (2) filets désossés et sans peau.<br>• Mettre les retailles et les os avec les filets.<br>• Les présenter sur la plaque demi-taille fournie. | 15 minutes allouées<br><br>Début: 10 h 15<br>Fin : 10 h 30 |
| 5 | **Préparer une sauce hollandaise**<br>• Employer la méthode classique avec une réduction, et respecter les proportions en utilisant 227g (½ lb) de beurre.<br>• Présenter la sauce dans le contenant fourni. | 30 minutes allouées<br><br>Début : 10 h 15<br>Fin : 10 h 30 |

# Annexe nº 2.1 – Documents connexes

Les recettes pour l'épreuve de travail sous pression ont été inspirés de l'un des livres suivants :

Gisslen, Wayne. (2018). *Professional Cooking for Canadian Chefs* (9e édition). New Jersey: John Wiley & Sons.

Labensky, Sarah et cie. (2017). **On Cooking, A Textbook of Culinary Fundamentals** (7e édition canadienne). New Jersey: Pearson.

Gisslen, Wayne. (2017). *Professional Baking* (7e édition). New Jersey: John Wiley & Sons.

- Le Comité technique a fourni les recettes pour l'épreuve du travail sous pression. Elles sont présentées à titre de guide, et devraient être ajustées au besoin pour obtenir les quantités, la saveur et l'assaisonnement voulus.
- Bien que les recettes soient incluses pour cette épreuve sous pression, nous vous recommandons de consulter les ouvrages suggérés. Vous y trouverez des conseils précis sur les procédures ainsi que des indications sur les techniques de préparation et de cuisson qui serviront dans la préparation du menu trois (3) services.
- Ces ouvrages contiennent des photos, des textes et des liens Internet expliquant les techniques de travail adéquates et sécuritaires ainsi que les aspects importants de la préparation des mets (par exemple, manipulation des couteaux, réduction des liquides, préparation du roux, rôtissage de la viande, cuisson des légumes, pains éclair et présentation des assiettes).
- Les concurrents doivent avoir recours aux pratiques courantes et adéquates.
- Si certains ingrédients ne sont pas disponibles ou ne sont pas de saison, ils seront substitués.

# Consommé de poulet

**Source :** Professional Cooking 9e édition
**Page :** 238 (voir variation)
**Rendement :** 4 l (1 gal)
**Nombre de portions :** 15
**Taille des portions :** 250 ml (8 oz liq)

| Ingrédients | Métrique | Américaine |
|---|---|---|
| Poulet maigre, haché | 500 g | 1 lb |
| Oignon pour la mirepoix | 250 g | 8 oz |
| Carottes pour la mirepoix | 125 g | 4 oz |
| Céleri pour la mirepoix | 125 g | 4 oz |
| Blancs d'œufs | 250 g | 8 oz |
| Jus de citron | 30 ml | 1 oz liq |
| Tiges de persil hachées | 6-8 | 6-8 |
| Thym séché | Pincée | Pincée |
| Feuille de laurier | 1 | 1 |
| Clous de girofle entiers | 2 | 2 |
| Poivre en grains écrasés | 2 ml | ½ c. à thé |
| Parures de Poulet (bouts d'ailes et cous hachés et grillés dans un four chaud) | 250 g | 8,8 oz |
| Bouillon de poulet froid | 5 l | 5 pte |

10. Mettre le poulet haché, la mirepoix, les blancs d'œufs, le jus de citron, les herbes, les épices et les parures de poulet dans une grande marmite à fond épais. Mélanger les ingrédients vigoureusement avec une spatule de bois ou un gros fouet.
11. Ajouter environ 500 ml (1 pt imp)de bouillon de poulet froid et bien remuer. Laisser reposer pendant environ 30 minutes.
12. Incorporer graduellement le reste du bouillon. Bien le mélanger avec les autres ingrédients.
13. Mettre la marmite sur un feu moyen-doux et porter à frémissement très lentement. Remuer de temps en temps.
14. Lorsque le liquide devient frémissant, cesser de brasser.

15. Déplacer la marmite sur un feu plus doux et cuire très lentement pendant environ une heure et demie. Ne pas brasser pour éviter de perturber l'écume qui se forme sur le dessus du consommé.
16. Avec beaucoup de soin, passer le consommé dans un tamis chinois tapissé de plusieurs couches d'étamine(coton à fromage).
17. Dégraisser soigneusement.
18. Assaisonner au goût.

# Meringue italienne

**Source :** Professional Baking 7e édition
**Page :** 259
**Rendement :** 2 l (2 pte)

| Ingrédients | Métrique | Américaine |
|---|---|---|
| Sucre | 500 g | 1 lb |
| Eau | 125 g | 4 oz |
| Blancs d'oeufs | 250 g | 8 oz |

- Mettre le sucre et l'eau dans une casserole et porter à ébullition. Faire bouillir jusqu'à ce qu'un thermomètre à bonbons placé dans le sirop indique 115°C (240°F).
- Pendant que le sirop cuit, fouetter les blancs d'œuf dans un batteur jusqu'à ce qu'ils forment des pics mous.
- Pendant que le batteur est en marche, verser très lentement le sirop chaud dans le bol.
- Continuer de fouetter jusqu'à ce que la meringue ait refroidi et qu'elle forme des pics fermes.
- Sur une plaque à pâtisserie demi-taille tapissée de papier parchemin, créer douze (12) rosettes à la douille. Toutes les rosettes doivent avoir la même grosseur et la même forme et être espacées uniformément sur la plaque.
- Voir les photos pour un aperçu de la forme recherchée.

# Lever les filets d'un poisson rond

**Source:** Professional Cooking 9e édition
**Page:** 605

Faites glisser la lame d'un couteau le long d'un côté de la colonne vertébrale du poisson, de la tête à la queue. Glissez doucement la lame le long des arêtes en faisant de petits mouvements pour dégager la chair. Coupez sous la chair jusqu'à la queue pour la détacher complètement du poisson.

Coupez le long des arêtes courbées de la cage thoracique et finissez de détacher le filet près de la tête du poisson. Retournez le poisson et répétez l'opération pour lever le second filet. Faire glisser vos doigts délicatement le long de la chair des filets pour vérifier s'il reste des arêtes. S'il en reste, enlevez-les toutes. Retirez la peau des filets de la même manière que pour un poisson plat.

RETIRER LA PEAU

Placez le filet, peau vers le bas, sur la surface de travail, la queue pointant vers vous. En tenant la peau à l'extrémité de la queue, faites glisser le couteau entre la peau et la chair; maintenez la lame contre la peau pour éviter de couper dans le filet. En tenant la queue d'une main, dégagez la peau jusqu'à la tête.

# Sauce hollandaise

**Source:** Professional Cooking 9th édition
**Page:** 200
**Rendement:** 720 ml (24 oz liq)
**Nombre de portions:** 12
**Taille des portions :** 60 ml (2 oz liq)

| Ingrédients | Métrique | Américaine |
|---|---|---|
| Beure non sale | 600 g | 1 lb 4 oz |
| Poivre en grains, écrasés | 0,5 ml | ⅛ c. à thé |
| Sel | 0,5 ml | ⅛ c. à thé |
| Vinaigre blanc ou vinaigre de vin | 90 ml | 3 oz liq |
| Eau froide | 60 ml | 2 oz liq |
| Jaunes d'œufs | 6 | 6 |
| Just de citron | 15 à 30 ml | 1 à 2 c. à table |
| Sel | Au goût | Au gout |
| Poivre de Cayenne | Au goût | Au goût |

1. Clarifier le beurre. Vous devriez obtenir environ 480 ml (1 pt imp) de beurre clarifié. Conserver le beurre tiède, mais pas chaud.
2. Mettre le poivre, le sel et le vinaigre dans une casserole et laisser réduire presque à sec. Retirer du feu et ajouter l'eau froide.
3. Verser l'appareil dans un bol en acier inoxydable. Utiliser une spatule en caoutchouc propre pour bien transférer toute la matière aromatique dans le bol.
4. Ajouter les jaunes d'œufs dans le bol et fouetter pour bien mélanger.

5. En tenant le bol au-dessus d'un bain-marie, continuer de fouetter les jaunes jusqu'à ce qu'ils deviennent épais et crémeux.
6. Retirer le bol du feu. À l'aide d'une louche, incorporer lentement et graduellement le beurre clarifié tiède en fouettant. Au début, ajouter le beurre goutte à goutte. Si la sauce devient trop épaisse, ajouter un peu de jus de citron et continuer jusqu'à ce que tout le beurre soit incorporé.
7. Rectifier l'assaisonnement avec du sel et du poivre de Cayenne. Si nécessaire, délayer la sauce en ajoutant quelques gouttes d'eau tiède.
8. Passer la sauce à l'étamine(coton à fromage) et la garder tiède (pas chaude) jusqu'au moment de servir. Ne pas la conserver plus de deux (2) heures.

# Annexe nº 3 – Coupes de précision

**Source:** Professional Cooking 9e édition
**Page:** 145

Anglais seulem

(a) Tourné: 2 in. long × 3/4 in. diameter, with 7 sides, and flat-ended (5 cm × 2 cm).

(b) Large dice: 3/4 in. × 3/4 in. × 3/4 in. (2 cm × 2 cm × 2 cm).

(c) Medium dice: 1/2 in. × 1/2 in. × 1/2 in. (12 mm × 12 mm × 12 mm).

(d) Small dice: 1/4 in. × 1/4 in. × 1/4 in. (6 mm × 6 mm × 6 mm).

(e) Brunoise (broon-wahz): 1/8 in. × 1/8 in. × 1/8 in. (3 mm × 3 mm × 3 mm).



(f) Fine brunoise: 1/16 in. × 1/16 in. × 1/16 in. (1.5 mm × 1.5 mm × 1.5 mm).

(g) Rondelle: round or bias-rond cuts, varied diameter or thickness.

(h) Paysanne: 1/2 in. × 1/2 in. × 1/8 in. (12 mm × 12 mm × 3 mm; round, square, or rectangular).

(i) Lozenge: 1/2 in. × 1/2 in. × 1/8 in. (12 mm × 12 mm × 3 mm; diamond-shape).

(j) Fermière: irregular shape, varied diameter or thickness.

(k) Batonnet: 1/4 in. × 1/4 in. × 2 1/2-3 in. (6 mm × 6 mm × 6–7.5 cm).

(l) Julienne (or allumette potatoes): 1/8 in. × 1/8 in. × 2 1/2 in. (3 mm × 3 mm × 6 cm).

(m) Fine julienne: 2 in. long × 1/16 in. × 1/16 in. (1.5 mm × 1.5 mm × 5 cm).