



**SkillsCompétences
Canada Ontario**
OLYMPIADES DE COMPÉTENCES ONTARIO

TORONTO, ONTARIO

MARDI 2 MAI 2017

SECONDAIRE

ARTS CULINAIRES

Projet d'épreuve

COPRÉSIDENTS DU COMITÉ TECHNIQUE:

Steve Bennis (coprésident) steven.bennis@flamingcollege.ca
Tyrone Miller (coprésident) tyrone.miller@wcdsb.ca

MEMBRES DU COMITÉ TECHNIQUE :

David Franklin (juge en chef - cuisine)
Olaf Mertens (juge en chef - goût)
Brent Coakwell (conseiller technique)
Hans Sell (représentant de l'industrie – service de restauration des entreprises) Robert Chick (conseiller culinaire)
Christopher Ennew (représentant de l'industrie – établissement)
Robert Villeneuve (représentant de l'industrie – service de restauration des entreprises)
Dean Michielsen (représentant de l'industrie – éducation)
Sebastian Cugno (représentant santé et sécurité)
Christopher Ennew (représentant de l'industrie - commerce)
Stanley Zerdin (chef d'atelier - Postsecondaire)
Pat Nixon (chef d'atelier - Secondaire)

Renseignements généraux

Important:

Ce document d'épreuve s'appuie sur la fiche descriptive des Olympiades de Compétences Ontario.

Il est important que tous les concurrents consultent la fiche descriptive du concours, puisque celle-ci contient des renseignements qui ne se trouvent pas ailleurs.

Le présent document contient de l'information sur l'épreuve en soi, tandis que la fiche descriptive décrit le matériel à apporter, l'équipement qui sera fourni sur place et d'autres éléments.

Pour être bien renseigné au sujet du concours, veuillez consulter la fiche descriptive sur le site Web <http://www.skillsontario.com/index.php/en/students/scopes-secondary>.

Pour toute autre question, veuillez communiquer avec Steve Bennis, coprésident du Comité technique à steven.bennis@flemingcollege.ca

Préparer et présenter un menu trois (3) services, composé d'une entrée de pâtes, d'un plat principal de poisson et d'un dessert à la crème pâtissière.

- Pour toute question au sujet du concours, communiquez avec les coprésidents du Comité technique.
- Les concurrents doivent présenter leurs menus pour les deux modules; deux (2) exemplaires pour chaque module. Les menus peuvent être écrits soigneusement à la main ou rédigés à l'ordinateur. **Les concurrents doivent se baser sur les exemples de menu, et les éléments du menu fournis.** Les concurrents doivent utiliser la terminologie et les termes culinaires descriptifs pertinents ainsi que tous les ingrédients des recettes. Veuillez consulter le document portant sur les exemples de menu pour de plus amples renseignements.
- L'horaire pour chacun des modules doit être bien respecté, tant pour ce qui est de la préparation des mets que le service.
- Un concurrent qui désire quitter l'aire du concours doit d'abord en aviser le président.

Horaire du concours:

Arts culinaires - Secondaire

Mardi 2 mai 2017

Les concurrents déposent leur équipement	8 h 15
Mise en place du poste de travail	8 h 30
Séance d'information pour les élèves du palier secondaire et enregistrement	9 h 00
Début du concours	9 h 30
Présentation du menu par les concurrents	10 h 00
Pause obligatoire pour le dîner	12 h 00 à 12 h 30
Présentation de l'entrée	14 h 00 à 14 h 05
Présentation du plat principal	14 h 30 à 14 h 35
Présentation du dessert	15 h 00 à 15 h 05
Nettoyage et emballage	15 h 05
Planification des entrevues d'emploi	15 h 15
Compte-rendu aux concurrents	16 h 00
Départ des concurrents	16 h 30

Les concurrents disposeront de 5 minutes pour présenter leurs plats.

Après cette période, pour chaque minute de retard, un point sera déduit de la note finale, jusqu'à concurrence de 5 points pour 5 minutes. Au-delà de 5 minutes de retard, les plats ne seront PAS évalués.

Le plat principal doit donc être servi entre 14 h 30 et 14 h 35, après quoi un point sera déduit de la note pour chaque minute additionnelle jusqu'à 14 h 40. Dès 14 h 41, l'évaluation des plats cessera.

Aucun plat ne sera évalué après 15 h 11.

Les concurrents ne pourront quitter l'aire de concours sans la permission du juge en chef.

Module 1	Menu trois (3) services 6 heures en cuisine	34 - Arts culinaires
Description	<p>Préparer trois (3) portions de ce menu trois (3) services:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Entrée</u> <ul style="list-style-type: none"> ○ Raviolis aux épinards et à la ricotta accompagnés d'une sauce Alfredo • <u>Plat principal</u> <ul style="list-style-type: none"> ○ Saumon poché dans un court bouillon ○ Sauce Bercy (1 litre) ○ Riz pilaf avec concassé de tomates ○ Poivron rouge - coupe losange ○ Fleurons de brocoli ○ Bâtonnets de carottes • <u>Dessert</u> <ul style="list-style-type: none"> ○ Crème caramel ○ Composante biscuit sablé (choix du concurrent) ○ Composante fruit (choix du concurrent) ○ Au moins une (1) garniture 	
Précisions concernant le service	<p><u>Entrée</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La portion de chaque entrée ne doit pas excéder 180 g <p><u>Plat principal</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La portion de chaque plat principal ne doit pas excéder 350 g • Chaque assiette doit être composée de : <ul style="list-style-type: none"> ○ Saumon poché dans un court bouillon ○ Sauce Bercy (servie séparément) ○ Riz pilaf avec concassé de tomates ○ Poivron rouge - coupe losange ○ Fleurons de brocoli ○ Bâtonnets de carottes <p><u>Dessert</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La portion de chaque assiette ne doit pas excéder 250 g 	
Principaux ingrédients	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Produits laitiers</u> -chaque concurrent peut utiliser jusqu'à 0,500 l de crème 35% et 500 g de beurre • <u>Poisson</u> - chaque concurrent recevra un filet de saumon avec la peau et les arêtes, qui aura un poids de 0,900 kg à 1,3 kg (2 à 3 lb) 	

Modules – Remarques :

- Présentation des plats. Les concurrents doivent présenter trois (3) assiettes pour chaque service:
 - Deux (2) assiettes pour présentation aux juges
 - Une (1) assiette pour présentation au public.
 - La présentation des plats doit être propre et conforme aux normes de l'industrie.
- Il faut éviter de gaspiller les ingrédients; les juges tiendront compte du gaspillage dans l'évaluation.
- Seuls les ustensiles et les plats de service fournis par le comité pourront être utilisés.
- La température des plats servis chauds doit être d'au moins 50 °C et être conforme aux normes de l'industrie.
- Les plats de service (assiettes) seront fournis. Pour des précisions, veuillez consulter la fiche descriptive.
- Les aliments sur la table commune seront en quantité limitée. Ils incluront des denrées sèches, des fines herbes, de l'alcool, des épices, et des fonds. La liste complète de ces ingrédients se trouve dans le document Ingrédients de la table commune.
- Tous les aliments et les quantités peuvent être modifiés sans avis, selon la disponibilité et la qualité. Toutefois, tous les concurrents disposeront des mêmes produits.
- Le Comité technique se réserve le droit de limiter la quantité d'ingrédients dont se sert une personne en particulier. Des points seront déduits pour le gaspillage d'ingrédients.
- Durant l'épreuve, toute communication entre les concurrents et les personnes à l'extérieur de l'aire du concours est interdite. À défaut de respecter cette consigne, un concurrent pourrait être disqualifié.
- Les concurrents pourront consulter les manuels de référence et les recettes tout au long de la journée.
- **Utilisation de l'équipement de cuisson sous-vide**
 - Le but de cette épreuve est de faire valoir l'ensemble de compétences requises pour exercer le métier de cuisinier professionnel. Les concurrents doivent démontrer ceci en préparant des plats qui présentent diverses techniques et méthodes de cuisson.
 - Les technologies de cuisson sous vide facilitent plus que jamais le contrôle de la cuisson avec précision – avec des résultats finaux plus exacts. Par conséquent, l'utilisation de la technologie et des techniques de cuisson sous vide durant l'épreuve **doit se limiter à une seule application pour l'ensemble des deux modules pour ce qui est de la cuisson des protéines requises.**

- L'utilisation de l'équipement ne se limite pas à une seule fois. Les élèves peuvent utiliser l'équipement pour d'autres techniques ou composantes dans la préparation de leurs plats – c.-à-d., fruits et légumes compressés, jaunes d'œufs cuits, etc.

ARTS CULINAIRES- RECETTES POUR LE PALIER SECONDAIRE

Les recettes utilisées pour ce concours font référence aux manuels suivants :

Gisslen, Wayne. (2015). *Professional Cooking for Canadian Chefs* (8th edition). New Jersey: John Wiley & Sons.

Labensky, Sarah et al. (2013). *On Cooking, A Textbook of Culinary Fundamentals* (6th Canadian edition). New Jersey: Pearson.

Gisslen, Wayne. (2013). *Professional Baking* (6th edition). New Jersey: John Wiley & Sons.

- Les recettes ont été modifiées par le Comité technique pour obtenir environ **4 portions**. Les concurrents doivent se servir de ces recettes pour préparer les mets du module.
- Les recettes sont présentées à titre de guide, et peuvent être ajustées au besoin pour obtenir les quantités nécessaires, et la saveur et l'assaisonnement voulus.
- Bien que les recettes soient présentées dans ce document-ci, nous vous recommandons de consulter les ouvrages suggérés. Vous y trouverez des conseils précis sur les procédures ainsi que des indications spécialisées 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 appropriées et sécuritaires ainsi que des indications spécialisées pour la préparation des mets (par exemple, manipulation des couteaux, réduction des liquides, confection du roux, rôissage de la viande, cuisson des légumes, pains éclair et présentation des plats).
- Les concurrents doivent avoir recours aux pratiques courantes et appropriées.
- Si certains ingrédients ne sont pas disponibles ou ne sont pas de saison, ils seront remplacés par d'autres qui seront appropriés à la recette.
- **Remarque:**
 - Veuillez consulter les documents des Olympiades canadiennes des métiers et des technologies (OCMT) et pour le concours Cuisine. Veuillez examiner la description

de concours et le projet du palier secondaire pour les exemples des recettes développées par le Comité technique national. Pour de plus amples renseignements sur le concours national, veuillez accéder au lien suivant:

<http://skillscompetencescanada.com/en/scnc-2017-contest-descriptions/>

Pâtes fraîches

Source: Professional Cooking 8th edition

Page: 400

Rendement: 0,420 kg

Ingrédients

Farine panifiable	270 g
Œufs	3
Huile d'olive	10 ml
Sel	pincée

Préparation

- 1) Sur une surface de travail, former un monticule avec la farine. Faire un puits au centre et ajouter les œufs, l'huile et le sel.
- 2) À partir du centre en travaillant vers l'extérieur, intégrer graduellement la farine aux œufs pour former la pâte.
- 3) Lorsque la pâte est assez ferme, commencer le pétrissage en y ajoutant de la farine. Si la pâte est encore collante, ajouter de la farine en petite quantité à la fois. Pétrir pendant au moins 15 minutes.
- 4) Couvrir la pâte et laisser reposer au moins 30 minutes.
- 5) Couper la pâte en 3 à 5 portions. Régler les rouleaux du laminoir à l'ouverture la plus large. Passer chaque portion de pâte dans le laminoir et plier celle-ci en trois après chaque tournage dans le laminoir, la saupoudrer légèrement de farine afin de l'empêcher de coller. Continuer de passer chaque portion dans le laminoir jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse.
- 6) En travaillant avec une portion de pâte à la fois, diminuer l'écart d'un cran entre les rouleaux et y passer la pâte. Diminuer l'écart d'un cran après chaque tournage dans le laminoir, saupoudrer la pâte de farine et passer de nouveau dans le laminoir. Poursuivre jusqu'à ce que la pâte ait l'épaisseur voulue. La pâte est maintenant prête à être coupée selon les formes désirées et à être cuite.

Raviolis aux épinards et à la ricotta

Source: Professional Cooking – variation de **raviolis au fromage**

Page: 401

Rendement: 3 portions de raviolis non cuits de 0,150

Ingrédients

Ricotta	140	g
Fromage parmesan – râpé	35	g
Jaune d'œuf		1
Persil – haché	5	g
Muscade		au goût
Sel		au goût
Poivre – blanc		au goût
Pâtes fraîches	300	g

Variation:

Épinards – cuits	75	g
Oignons – hachés finement	40	g
Ail – émincée	4	g

Préparation:

- 1) Faire suer les oignons et l'ail jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Réfrigérer jusqu'à utilisation.
- 2) Égoutter les épinards cuits en les pressant pour retirer l'excès d'eau. Hacher les épinards dans un robot culinaire jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse et réserver.
- 3) Mélanger la ricotta, le fromage parmesan, le jaune d'œuf, les épinards, le persil, les assaisonnements et le mélange d'oignons/ail.
- 4) Abaisser la pâte pour obtenir des feuilles minces.
- 5) Placer des monticules de garniture au fromage, environ 15 ml, sur la moitié de la pâte en pratiquant un motif de damier en laissant 4 à 5 cm entre chaque.
- 6) Déposer l'autre moitié de la pâte sur le dessus et presser entre les monticules de fromage pour bien sceller, tout en évitant de sceller les bulles d'air qui se trouvent à l'intérieur du ravioli. Remarque : si la pâte est fraîche et humide, les couches se scelleront d'elles-mêmes, sinon appuyer fermement. Si la pâte est trop sèche, humecter la couche inférieure entre chaque monticule de fromage en utilisant un pinceau trempé dans de l'eau. Éviter de trop humecter la pâte.
- 7) Couper la pâte en utilisant une roulette à pâtisserie. Vérifier chaque pièce afin de s'assurer qu'elle est bien scellée.

- 8) Cuire immédiatement les pâtes dans de l'eau bouillante salée, en s'assurant qu'elles sont encore fermes sous la dent. Égoutter et rincer à l'eau froide, et enduire d'huile ou de beurre fondu. Placer en une seule couche sur une plaque à cuisson et réfrigérer. Les pâtes peuvent être réchauffées en les sautant brièvement dans du beurre ou de l'huile ou en les plongeant dans de l'eau bouillante.
- 9) Servir avec la sauce Alfredo.

Sauce Alfredo

Source: On Cooking 5th edition

Page: 598

Rendement: 3 portions

Ingrédients

Beurre	60 g
Crème 35 %	350 ml
Fromage parmesan râpé	60 g
Sel	au goût
Poivre blanc	au goût

Préparation

- 1) Combiner le beurre, la crème et le fromage dans un plat à sauter. Porter à ébullition et réduire légèrement.
- 2) Ajouter les pâtes et faire bouillir la sauce ainsi que les pâtes jusqu'à ce que la sauce soit assez épaisse et que les pâtes soient cuites.
- 3) Rectifier l'assaisonnement et servir.

Court bouillon pour le poisson

Source: Professional Cooking 8th edition

Page: 639

Rendement: 1,000 l

Ingrédients

Eau	1 litre
Vinaigre blanc, vinaigre de vin ou jus de citron	65 ml
Oignons émincés	60 g
Céleri émincé	30 g
Carottes émincées	30 g
Sel	15 g
Grains de poivre (concassés)	0,5 g
Feuille de laurier	1
Thym	0,5 g
Tiges de persil	3

Préparer

- 1) Combiner tous les ingrédients dans une marmite ou une casserole et porter à ébullition.
- 2) Réduire le feu et laisser mijoter 30 minutes.
- 3) Égoutter et refroidir.

Velouté de poisson

Source: Professional Cooking 8th edition

Page: 182

Rendement: 1,000 l

Ingrédients

Beurre clarifié		63 ml
Mirepoix blanc, petits dés	63 g	
Farine		63 g
Fumet de poisson blanc		1,25 litre

Sachet

Feuille de laurier		1
Thym séché		1 g
Grains de poivre		1 g
Tiges de persil		2
Sel		au goût
Poivre en grains, blanc		au goût

Préparation

- 1) Chauffer le beurre clarifié dans une casserole épaisse sur feu doux. Ajouter le mirepoix et faire suer les légumes sans toutefois les brunir.
- 2) Ajouter la farine et préparer un roux blond. Refroidir le roux légèrement.
- 3) Ajouter graduellement le bouillon au roux, en fouettant continuellement. Porter à ébullition, en brassant continuellement. Réduire et laisser mijoter.
- 4) Ajouter le sachet.
- 5) Laisser mijoter la sauce pendant 1 heure. Brasser à l'occasion, et écumer la surface au besoin. Ajouter du bouillon au besoin pour ajuster la consistance.
- 6) Si le velouté doit être utilisé tel quel, ajouter du sel et du poivre blanc à celui-ci. Toutefois, si le velouté doit être utilisé comme ingrédient dans d'autres préparations, ne pas assaisonner le velouté.
- 7) Égoutter dans un tamis chinois recouvert d'une étamine. Couvrir ou étendre le beurre fondu sur la surface pour éviter la formation d'une petite peau. Garder au chaud dans un bain-marie, ou refroidir dans un bain d'eau glacée pour un usage ultérieur.

Sauce Bercy

Source: Professional Cooking 8th edition

Page: 184

Rendement: 1,000 l

Ingrédients

Échalotes, fine brunoise	60 g
Vin blanc sans alcool	125 ml
Velouté de poisson	1 litre
Beurre	60 g
Persil haché	30 ml
Jus de citron	au goût

Préparation

- 1) Réduire au $\frac{2}{3}$ le mélange d'échalotes et de vin blanc.
- 2) Ajouter le velouté de poisson et réduire légèrement.
- 3) Terminer avec le beurre cru, le persil haché et le jus de citron au goût.

Riz pilaf aux tomates (avec concassé de tomates)

Source: Professional Cooking 8th edition

Page: 384

Rendement: 0,450 kg

Ingrédients

Beurre	20 g
Oignons, hachés finement	30 g
Riz à grains longs	166 ml
Fond de poulet	125 à 160 ml
Concassé de tomates avec liquide	230 ml
Sel	au goût

Préparation

- 1) Chauffer le beurre dans une casserole épaisse. Ajouter les oignons et faire sauter jusqu'à tendreté. Ne pas colorer.
- 2) Ajouter le riz sans le rincer. Remuer jusqu'à ce que le riz soit complètement enrobé de beurre.
- 3) Verser le liquide en ébullition et le concassé de tomates dans le riz. Porter de nouveau à ébullition avec le riz. Goûter et rectifier l'assaisonnement; bien recouvrir.
- 4) Placer dans un four à 350°F (175°C) et cuire de 18 à 20 minutes, jusqu'à ce que le liquide soit absorbé et que le riz soit sec et moelleux. Goûter au riz et, s'il n'est pas cuit, remettre dans le four de 3 à 5 minutes.
- 5) Verser dans un plat (plaque) d'hôtel et mélanger délicatement le riz à la fourchette. Cela permet à la vapeur de s'échapper et arrête la cuisson. Garder au chaud pour le service.
- 6) Si désiré, incorporer du beurre cru au riz terminé.

Blanchiment et refroidissement des légumes

Brocoli et poivrons rouges

Source: Professional Cooking 8th edition

Page: 306

Rendement: 3 portions

Ingrédients

Fleurons de brocoli	120 grammes
Poivrons rouges, coupe losange	21 pièces
Beurre	au besoin
Sel et poivre blanc	au goût

Préparation

- 1) Laver, peler, parer et couper les légumes en formes et tailles uniformes.
- 2) Porter une quantité suffisante d'eau à ébullition. Le liquide devrait couvrir les légumes et ceux-ci devraient se déplacer librement sans être à l'étroit.
- 3) Ajouter les légumes au liquide en ébullition. Si la cuisson de plus d'un légume est requise et que la durée de cuisson est différente pour chacun, cuire les légumes séparément afin de s'assurer d'une cuisson à point. Cuire les légumes jusqu'à la cuisson désirée.
- 4) Retirer les légumes de l'eau en utilisant une cuillère à rainures ou égoutter dans une passoire.
- 5) Refroidir les légumes dans un bain de glace, égoutter et réfrigérer pour une utilisation ultérieure.
- 6) Réchauffer pour le service – assaisonner et ajouter du beurre au besoin

Bâtonnets de carottes

Source: Professional Cooking 8th edition

Page: 315

Rendement: 0,270 kg

Recette originale - Variation: Carottes glacées

Ingrédients

Carottes (Bâtonnets)	400 g
Eau	au besoin
Beurre	20 g
Sucre	5 g
Sel	2 ml
Poivre – Blanc	au goût
Persil haché	au besoin

Préparation

- 1) Parer, peler puis couper les carottes en bâtonnets.
- 2) Placer les carottes dans une sauteuse à rebords bien droits. Ajouter l'eau pour recouvrir à peine. Ajouter le beurre, le sucre et le sel.
- 3) Porter à ébullition. Réduire le feu et laisser mijoter jusqu'à ce que les carottes soient tendres et que l'eau se soit presque évaporée. Si bien exécutées, ces deux étapes devraient se produire au même moment. Mélanger les carottes afin qu'elles soient bien enrobées de la glace restante.
- 4) Poivrer. Garnir avec du persil haché.

Crème Caramel

Source: Professional Cooking 8th edition

Page: 1013

Rendement 3 portions de 150 g

Ingrédients

Œufs	125 g
Sucre	65 g
Sel	Pincée
Vanille	4 ml
Lait	310 ml

Caramel

Sucre	90 g
Eau	15 ml

Préparation

- 1) Combiner les œufs, le sucre, le sel et la vanille dans un bol à mélanger. Mélanger jusqu'à ce que le tout soit bien amalgamé, sans fouetter l'appareil.
- 2) Mettre le lait à bouillir dans un bain-marie ou dans une casserole sur feu doux.
- 3) Verser graduellement le lait dans le mélange d'œufs, en brassant continuellement.
- 4) Écumer la mousse qui se forme à la surface du liquide.
- 5) Placer les ramequins dans un plat de cuisson peu profond.
- 6) Caramel: Chauffer l'eau et le sucre jusqu'à ce qu'il prenne une couleur dorée. Tapiser le fond des ramequins avec le caramel chaud. S'assurer que les ramequins sont propres et secs.
- 7) Verser délicatement le mélange de crème pâtissière dans les ramequins. Si des bulles se forment à cette étape, écumer celles-ci.
- 8) Placer la plaque à cuisson sur la tablette du four. Verser assez d'eau dans le plat afin que le niveau de l'eau soit à égalité avec le mélange de flan pâtissier.
- 9) Cuire à 325°F jusqu'à ce que le mélange prenne, environ 45 minutes.
- 10) Retirer soigneusement du four et laisser refroidir. Couvrir et conserver au réfrigérateur jusqu'au lendemain.
- 11) Démouler sur une assiette pour le service.

Biscuits sablés

Source: Professional Cooking 8th edition

Page: 975

Rendement: 0,625 kg

Ingrédients

Beurre	90 g
Sucre	65 g
Sel	Pincée
Jaunes d'œufs	30 g
Farine à pâtisserie	125 g

Préparation

- 1) Tous les ingrédients doivent être à la température de la pièce.
- 2) Déposer le beurre, le sucre et le sel dans le bol à mélanger. À l'aide du fouet plat, battre en crème ces ingrédients à faible vitesse.
- 3) Ajouter les œufs et battre à faible vitesse.
- 4) Tamiser la farine. Mélanger légèrement.
- 5) Abaisser la pâte pour obtenir ¼ po d'épaisseur.
- 6) Utiliser des plaques à pâtisserie légèrement graissées ou tapissées de papier parchemin.
- 7) Cuire à 350°F environ 15 minutes.