



VIRTUAL SKILLS ONTARIO COMPETITION 2021

MONDAY MAY 3, 2021

POST - SECONDARY

CULINARY ARTS CONTEST

TEST PROJECT

TECHNICAL CHAIRS:

Steve Bennis (Co-Chair)
Stanley Zerdin (Co-Chair)
Pat Nixon (Co-Chair)
Dean Michielsen (Co-Chair)

steven.bennis@flemingcollege.ca
stanley.zerdin@dpccdsb.org

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)

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 Bennis at steven.bennis@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 - 2021") for all participants to review.

Competition Schedule

Module 1 – Monday May 3, 2021

6:45 a.m.	Arrival of competitors and judges. Equipment Drop-off & Registration
7:00 a.m.	Contest Orientation
7:30 a.m.	Station Set-up Recipe Costing Exercise Emailed to Competitors
8:00 a.m.	Start of Competition
8:30 a.m.	Submission of Module 1 Menu, Menu Elements and Work Plan (English or French) 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 3, 2020

12:30 p.m. Start of competition

1:00 p.m. Submission of Module 2 Menu, Menu Elements and Work Plan
(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.

4:40 p.m.

Cleaning and packing

5:15 p.m.

Competitors leave the contest area.

Module 1	Recipe Costing, Competencies & Pressure Test
Description	<p>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.</p> <p><u>Recipe Costing Exercise</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Costing exercise will have a 30-minute deadline from the start of the contest.• See Appendix #1 – Recipe Costing Example <p><u>Pressure Test</u></p> <ul style="list-style-type: none">• See Appendix #2 – Pressure Test Example & Supporting Documents <p><u>Vegetable Precision Cuts</u> (These precision cuts must be used in Module 2. The associated courses are outlined below):</p> <ul style="list-style-type: none">• 0.100 kg Leeks - Julienne (Appetizer Course)• 0.100 kg Carrots - Brunoise (Appetizer Course)• 0.100 kg Zucchini – Tournee (Main Course)• 0.100 kg Celeriac – Tournee (Main Course)• 0.100 kg Button Mushrooms – Tournee (Main Course)• See Appendix #3 – Precision Cuts <p><u>Mise en Place for Module 2</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Complete any Mise en Place for Module 2
Ingredient Information	<ul style="list-style-type: none">• A list of all ingredients available for this module is included in this document.• See Appendix #4 – Common Food Table (approved products & amounts)
Service Details	<ul style="list-style-type: none">• Deli Containers for competencies will be provided by the host site.• Pressure test to be presented in the appropriate plates, bowls or containers that will be provided by the host site.• 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	<p>Prepare Two (2) portions of a three (3) course menu</p> <p><u>Appetizer:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Prepare a Lacto-Ovo vegetarian appetizer featuring a dry pulse. Your plate must include:<ul style="list-style-type: none">○ One (1) sauce minimum<ul style="list-style-type: none">▪ 100 ml of sauce served on the side for tasting○ Edible garnish of your choice

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Must include the Brunoise and Julienne competencies (from Module 1). ● Must be served warm (minimum 72 C). ● Must have a balance of colours, textures and flavours. <p>Main Course:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 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: <ul style="list-style-type: none"> ○ A minimum of 1 fish preparation method (salmonid) ○ A minimum of 1 shrimp preparation method ○ A minimum of one (1) whole grain from the common table. ○ An edible garnish that contributes to the dish. ○ One (1) sauce minimum ○ Must include the tournee competencies (from Module 1). ● Must present a dish according to the recommendations of the Canada Food Guide that half the dish served is comprised of colourful vegetables. <p>Cooking temperature must meet industry safety standards.</p> <p>Dessert:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Prepare a Dessert with ingredients found on the common table. Your plate must include: <ul style="list-style-type: none"> ○ Almond Milk and Avocado. ○ One (1) sauce minimum. ○ The use of 1 fruit item (from the common table) Edible garnish of your choice that contributes to the dish. ● Must include a warm component (minimum 72C) and a cold component on the plate. ●
Service Details	<ul style="list-style-type: none"> ● Present two (2) plates for each course, one (1) for proctor judging & one (1) plate for presentation judging. ● Portion Size (per plate): <ul style="list-style-type: none"> ○ Appetizer: 0.150 kg minimum to 0.200 kg maximum ○ Main Course: 0.250 kg minimum to 0.350 kg maximum ○ Dessert: 0.150 kg minimum to 0.200 kg maximum ● No service wares (china) permitted other than that provided by the committee. Service spoons, glasses, ramekins etc. are not allowed. ● Please refer to the Contest Description for plate specifications
Ingredient Information	<ul style="list-style-type: none"> ● A list of all ingredients available for this module is included in this document. ● See Appendix #4 – Common Food Table (approved products & amounts) ●

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 the proctor.
- Competitor must supply writing implement – pen or pencil
- Competitor CANNOT use their own device for their calculations. (i.e.: smartphone, tablet, personal calculator, another 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 Example

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

During orientation (In the presence of the competitors and the Technical Committee, the head kitchen judge will draw the five varieties of eggs to be assigned to competitors... Trainers cannot be present or assist the competitors with this task. Competitors must include pressure test cooking on their work plan. Time limits are presented on the pressure test outline under timing.

#	Pressure Test	Timing
1	<p>Egg Cookery</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competitors will be assigned 5 varieties from the list below. • Competitors must serve two (2) of each variety. • Eggs will be judged on appearance, temperature, timing, and texture. • Varieties: <ul style="list-style-type: none"> ○ Sunny Side ○ Over Easy ○ Over Medium ○ Poached Soft ○ Poached Medium ○ Soft Boiled ○ Hard Boiled • Competitors will have a maximum of 2 dozen eggs for the contest. This includes the competencies, appetizer, main course, and dessert. • Presentation: 1/2 bake sheet and deli containers provided depending on selections • Directions and Instructions for egg cookery can be found in either of the following publications: <ul style="list-style-type: none"> ○ On Cooking, Labensky et al ○ Professional Cooking, Gisslen 	<p>15 minutes allotted</p> <p>Start: 10:15 a.m. Finish: 10:30 a.m.</p>

Appendix #3 – Precision Cuts

Source: Professional Cooking 9th edition

Page: 145



(a) Tourné: 2 in. long \times $\frac{3}{4}$ in. diameter, with 7 sides, and flat-ended (5 cm \times 2 cm).



(b) Large dice: $\frac{3}{4}$ in. \times $\frac{3}{4}$ in. \times $\frac{3}{4}$ in. (2 cm \times 2 cm \times 2 cm).



(c) Medium dice: $\frac{1}{2}$ in. \times $\frac{1}{2}$ in. \times $\frac{1}{2}$ in. (12 mm \times 12 mm \times 12 mm).



(d) Small dice: $\frac{1}{4}$ in. \times $\frac{1}{4}$ in. \times $\frac{1}{4}$ in. (6 mm \times 6 mm \times 6 mm).



(e) Brunoise (broon-wahz): $\frac{1}{8}$ in. \times $\frac{1}{8}$ in. \times $\frac{1}{8}$ in. (3 mm \times 3 mm \times 3 mm).



(f) Fine brunoise: $\frac{1}{16}$ in. \times $\frac{1}{16}$ in. \times $\frac{1}{16}$ in. (1.5 mm \times 1.5 mm \times 1.5 mm).



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



(h) Paysanne: $\frac{1}{2}$ in. \times $\frac{1}{2}$ in. \times $\frac{1}{8}$ in. (12 mm \times 12 mm \times 3 mm; round, square, or rectangular).



(i) Lozenge: $\frac{1}{2}$ in. \times $\frac{1}{2}$ in. \times $\frac{1}{8}$ in. (12 mm \times 12 mm \times 3 mm; diamond-shape).



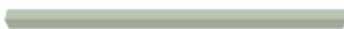
(j) Fermière: irregular shape, varied diameter or thickness.



(k) Batonnet: $\frac{1}{4}$ in. \times $\frac{1}{4}$ in. \times 2 $\frac{1}{2}$ -3 in. (6 mm \times 6 mm \times 6-7.5 cm).



(l) Julienne (or allumette potatoes): $\frac{1}{8}$ in. \times $\frac{1}{8}$ in. \times 2 $\frac{1}{2}$ in. (3 mm \times 3 mm \times 6 cm).



(m) Fine julienne: 2 in. long \times $\frac{1}{16}$ in. \times $\frac{1}{16}$ in. (1.5 mm \times 1.5 mm \times 5 cm).

Appendix #4 – Food Ingredients

- The food items listed below are the only items that you are able to use for the duration of the competition.
- Food items are listed in the 1st column and maximum amounts are listed in the 2nd column.
- Take only the food items that you need as over production and waste will be marked accordingly.

To promote financial responsibility; if you are not planning on using any items on this list, please communicate the items not needed to your host site prior to purchasing (If you do not need it then do not have it purchased).

<i>Alcohol</i>	<i>Maximum Amounts</i>	<i>Amount Required</i>
Beer, Lager	4 x 355 ml bottles	
Vermouth, Dry White	750 ml	
Wine, Red, Cabernet Sauvignon	750 ml	
Wine, White, Chardonney	750 ml	
<i>Dairy</i>		
Butter, Unsalted	0.908 kg	
Cheese, Parmigiana Regianno	0.100 kg	
Cheese, Brie – Double Cream	0.100 kg	
Cheese, Cheddar, Local variety	0.100 kg	
Cream - 35%	2 liters	
Cream Cheese	0.250 kg	
Milk, Almond - unsweetened	1 liter	
Milk - Homo 3.25%	1 liter	
Yogourt, Plain,	750 ml	
<i>Dry Good</i>		
Agar Agar	0.025 kg	
Baking powder	0.025 kg	
Bay leaf	5 each	
Chocolate, Dark Callets, Callebaut	0.500 kg	
Cocoa Powder	0.250 kg	
Coconut milk (Regular size cans)	2 each x 400 ml	

Corn Starch	0.250 kg	
Fish Sauce - Nam Pla	0.750 litre	
Flour, Cake/Pastry	0.500 kg	
Flour, All Purpose	0.500 kg	
Gelatine – leaves/powder	5 leaves	
Gelatine – powder	0.010 kg	
Ginger - Candied - dry - crystalized	0.050 kg	
Glucose	0.100 kg	
Honey	0.100 kg	
Maple Syrup - Pure	0.500 litre	
Mustard, Dijon	0.100 kg	
Mustard, Grainy	0.100 kg	
Mustard, Prepared Yellow	0.100 kg	
Nut, Almonds, Whole Blanched	0.300 kg	
Nut, Hazelnuts, whole	0.200 kg	
Nut, Pecan Halves	0.200 kg	
Oil, Canola -	4 liters	
Oil, Olive, Extra Virgin -	2 liters	
Pulse - Cannellini Bean - dry	0.200 kg	
Pulse - Chick Pea - dry	0.200 kg	
Pulse - Lentil - green or brown - dry	0.200 kg	
Salt - Sea Salt	0.250 kg	
Salt, Kosher	0.250 kg	
Soya Sauce,	0.200 litre	
Sugar, Brown	0.250 kg	
Sugar, Icing	0.250 kg	
Sugar, White	0.250 kg	
Tabasco	1 bottle	
Tomato Paste	0.350 kg	
Vanilla, Pure Extract	0.050 litre	
Vanilla, Bean	2 each	
Vinegar, Balsamic,	1 liter	
Vinegar, Cider	1 liter	
Vinegar, White Wine	1 liter	
Vinegar, White-	1 liter	
Whole Grain - Brown Rice - short grain	0.250 kg	
Whole Grain - Buckwheat Kasha	0.250 kg	
Whole Grain - Millet	0.250 kg	
Worcestershire Sauce	1 bottle	
Yeast, Instant	0.020 kg	

<i>Frozen Foods</i>		
Blackberries - Frozen - IQF	0.250 kg	
Blueberries - Frozen - IQF	0.250 kg	
Raspberries - Frozen - IQF	0.250 kg	
Strawberries –Frozen -IQF	0.250 kg	
<i>Fresh Herbs</i>		
Basil	1 bunch	
Chives	1 bunch	
Cilantro	1 bunch	
Rosemary	1 bunch	
Lemon Grass	2 stalks	
Mint	1 bunch	
Parsley Italian	1 bunch	
Tarragon	1 bunch	
Thyme	1 bunch	
<i>Miscellaneous</i>		
Pan Spray- Can	1 can	
Wood Chips for Smoking	0.250 kg	
<i>Fruit</i>		
Apple, Royal Gala	4 each	
Blueberries	0.142 kg (1 pint)	
Lemons	6 each	
Limes	6 each	
Mango, Red	2 each	
Oranges, Navel	4 each	
Raspberries	0.142 kg (1 pint)	
Rhubarb, Local (if available)	6 stalks	
Strawberries	0.454 kg (1 quart)	
<i>Produce</i>		
Avocados (ripe) ready to use	8 each	
Bean, Fine Green	0.100 kg	
Beet, Red, with tops	1 bunch	
Carrots	0.454 kg	
Cauliflower	1 head	
Celeriac (Celery Root) large	2 each	

Celery	1 bunch	
Eggplant	1 each	
English Cucumbers	1 each	
Fennel, Bulb	1 each	
Garlic, Bulb	2 each	
Ginger Root	0.100 kg	
Leeks	3 leeks	
Mushroom - Button - small	0.454 kg	
Mushroom, Shimeji brown	0.454 kg	
Mushrooms, Shiitake	0.454 kg	
Onion, Yellow Spanish	0.454 kg	
Onions, Green	1 bunch	
Onions, Red	0.454 kg	
Parsnip	0.454 kg	
Peas, Sugar Snap	0.250 kg	
Peppers, Green	2 each	
Peppers, Red, yellow, Green, orange	1 each	
Salad greens - Arugula	0.142 kg	
Serrano chilis - fresh	0.100 kg	
Shallots	0.250 kg	
Spinach, Baby	0.142 kg	
Tomato - Roma	0.454 kg	
Tomato- Grape Red	0.454 kg	
Yams	0.454 kg	
Zucchini Squash	0.454 kg	
<i>Protein and Stock</i>		
Bacon - Double Smoked	0.100 kg	
Eggs - large	30 each	
Miso Paste	0.100 kg	
Salmonid Stype fish – trout, char, salmon, steelhead (2 to 3 lb average)	1 each	
Shrimp - (21/25 count)	0.250 kg	
Stock, White Chicken	1 liter	
Stock, White Fish	1 liter	
<i>Dry Herbs and Spices</i>		
All Spice	0.100 kg	
Chile dry, Pasilla, ground	0.100 kg	
Cinnamon	0.100 kg	

Coriander, Seed	0.100 kg	
Cumin, Seed	0.100 kg	
Curry Powder	0.100 kg	
Fennel Seed	0.100 kg	
Ginger- Ground	0.100 kg	
Mustard - Dry Powder	0.100 kg	
Mustard Seed, Whole Yellow	0.100 kg	
Nutmeg, ground	0.100 kg	
Paprika, Hungarian	0.100 kg	
Pepper - Cayenne	0.100 kg	
Peppercorns - Black	0.100 kg	
Peppercorns - White	0.100 kg	
Sesame Seeds-White and Black	0.100 kg	
Spice, Cardamom green whole	0.100 kg	
Spice, Cumin whole	0.100 kg	
Star Anise	0.100 kg	



OLYMPIADES DE COMPÉTENCES ONTARIO 2021 EN MODE VIRTUEL

LUNDI 3 MAI 2021

POSTSECONDAIRE

ARTS CULINAIRES

Projet d'épreuve

COPRÉSIDENTS DU COMITÉ TECHNIQUE :

Steve Bennis (coprésident)

steven.bennis@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)

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 Bennis steven.bennis@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 – 2021 ») pour que tous les concurrents puissent en prendre connaissance.

Horaire de l'épreuve

Module 1 – Lundi 3 mai 2021

6 h 45	Arrivée des concurrents et des juges. Les concurrents déposent leur équipement et procèdent à l'enregistrement
7 h 00	Séance d'information
7 h 30	Mise en place du poste de travail Exercice d'établissement des coûts d'une recette envoyé par courriel aux participants
8 h 00	Début de l'épreuve
8 h 30	Présentation du menu, des éléments du menu et du plan de travail pour le Module 1 (anglais ou français) 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 3 mai 2021

12 h 30 Début de l'épreuve

13 h Présentation du menu, des éléments du menu et du plan de travail 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

Départ des concurrents

Module 1	Exercice d'établissement des coûts d'une recette, compétences et travail sous pression
Description	<p>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.</p> <p><u>Exercice d'établissement des coûts d'une recette</u></p> <ul style="list-style-type: none">• 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).• Voir l'annexe n° 1 – Exemple d'établissement des coûts d'une recette <p><u>Travail sous pression</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Voir l'annexe n° 2 – Exemples de travail sous pression et documentation connexe <p><u>Coupes de précision de légumes</u> (Ces coupes de précision doivent être utilisées dans le Module 2. Les services sont définis ci-dessous) :</p> <ul style="list-style-type: none">• 100 g de poireaux – julienne (hors-d'œuvre)• 100 g de carottes – brunoise (hors-d'œuvre)• 100 g de courgettes – légume tourné (plat principal)• 100 g de céleri-rave – légume tourné (plat principal)• 100 g de champignons de Paris – légume tourné (plat principal)• Voir l'annexe n° 3 – coupes de précision <p><u>Mise en place pour le Module 2</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Procéder à la mise en place pour le Module 2
Renseignements au sujet des ingrédients	<ul style="list-style-type: none">• Une liste complète des ingrédients disponibles pour ce module est incluse dans ce document.• Voir l'annexe n° 4 – Ingrédients de la table commune (produits et quantités approuvés)•
Détails concernant le service	<ul style="list-style-type: none">• Des contenants pour les légumes des coupes techniques seront fournis par l'établissement hôte.

	<ul style="list-style-type: none"> Le travail sous pression doit être présentée dans l'assiette, le bol ou le contenant pertinent fourni(e) par l'établissement hôte. 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	<p>Préparer deux (2) portions d'un menu trois (3) services</p> <p><u>Hors-d'œuvre :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Préparer un hors-d'œuvre ovo-lacto végétarien mettant en vedette un légume sec. Votre assiette doit inclure: <ul style="list-style-type: none"> Au moins une (1) sauce <ul style="list-style-type: none"> 100 ml de sauce servie dans une saucière Une décoration comestible au choix Doit inclure les compétences de coupes en brunoise et en julienne (du Module 1). Doit être servi chaud (minimum 72° C). Doit être équilibré sur le plan des couleurs, des textures et des saveurs. <p><u>Plat principal :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> 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: <ul style="list-style-type: none"> Au moins une méthode de préparation pour le poisson (salmonidé) Au moins une méthode de préparation pour les crevettes Au moins un (1) grain entier provenant de la table commune doit être utilisé. Une décoration comestible doit rehausser le plat. Au moins une (1) sauce Doit comprendre les légumes tournés (du Module 1). La moitié de l'assiette doit être composée de légumes colorés, conformément aux recommandations du Guide alimentaire canadien. La température de cuisson doit respecter les normes de de l'industrie. <p><u>Dessert:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Confectionner un dessert avec des ingrédients de la table commune. Votre assiette doit inclure: <ul style="list-style-type: none"> du lait d'amandes et de l'avocat; au moins une (1) sauce; et utilisation d'un (1) fruit (provenant de la table commune) une décoration comestible qui rehausse le dessert; Doit inclure un élément chaud (minimum de 72°C) et un élément froid sur l'assiette.
Détails du service	<ul style="list-style-type: none"> Présenter deux (2) assiettes pour chaque service, une (1) assiette pour l'évaluation par le surveillant du concours et une (1) assiette pour la présentation Taille par portion (par assiette):

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Hors-d'œuvre : 150 g minimum à 200 g maximum ○ Plat principal : 250 g minimum à 350 g maximum ○ Dessert : 150 g minimum à 200 g maximum • 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. • Veuillez consulter la fiche descriptive du concours pour des détails concernant l'assiette
<p>Renseignements au sujet des ingrédients</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Une liste complète des ingrédients disponibles pour ce module est incluse dans ce document. • Voir l'annexe n° 4 – Ingrédients de la table commune (produits et quantités approuvés) •

Annexe n° 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 surveillant.
- 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 portable).
- 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 seulement

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 n° 2 – Épreuve de travail sous pression

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.

Durant la séance d'orientation (en présence des concurrents et du comité technique, le juge en chef – cuisine, choisira au hasard les cinq variétés d'œufs qui seront assignées aux concurrents... Aucun entraîneur ne pourra être présent ni aider les concurrents dans cette tâche. Les concurrents doivent inclure l'épreuve de travail sous pression dans leur plan de travail. Les délais sont affichés dans le document Épreuve de travail sous pression sous l'en-tête Délai.

No	Épreuve en temps limité	Délai
1	<p data-bbox="228 636 509 667">Cuisson des œufs</p> <ul data-bbox="277 688 1118 1698" style="list-style-type: none"><li data-bbox="277 688 1118 758">• Les concurrents devront présenter cinq (5) variétés (voir la liste ci-dessous).<li data-bbox="277 779 906 810">• Ils devront servir deux (2) de chaque variété.<li data-bbox="277 831 1118 900">• Les critères d'évaluation seront la température des œufs, leur goût, la texture et le respect du délai.<li data-bbox="277 921 769 1304">• Variétés d'œufs<ul data-bbox="375 968 769 1304" style="list-style-type: none"><li data-bbox="375 968 769 999">○ Œufs sur le plat (au miroir)<li data-bbox="375 1020 678 1052">○ Œufs tournés légers<li data-bbox="375 1073 699 1104">○ Œufs tournés moyens<li data-bbox="375 1125 688 1157">○ Œufs pochés mollets<li data-bbox="375 1178 695 1209">○ Œufs pochés moyens<li data-bbox="375 1230 586 1262">○ Œufs mollets<li data-bbox="375 1283 548 1314">○ Œufs durs<li data-bbox="277 1325 1118 1461">• 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.<li data-bbox="277 1482 1089 1551">• Présentation : plate demi-taille et contenants seront fournis selon la sélection.<li data-bbox="277 1572 1089 1698">• On peut trouver des techniques de cuisson des œufs dans :<ul data-bbox="375 1619 786 1698" style="list-style-type: none"><li data-bbox="375 1619 786 1650">○ On Cooking, Labensky et cie<li data-bbox="375 1671 786 1698">○ Professional Cooking, Gisslen	15 minutes allouées Début : 10 h 15 Fin : 10 h 30

Annexe n° 3 – Coupes de précision

Source: Professional Cooking 9^e édition
Page: 145

Anglais seulement



(a) Tourné: 2 in. long \times $\frac{3}{4}$ in. diameter, with 7 sides, and flat-ended (5 cm \times 2 cm).



(b) Large dice: $\frac{3}{4}$ in. \times $\frac{3}{4}$ in. \times $\frac{3}{4}$ in. (2 cm \times 2 cm \times 2 cm).



(c) Medium dice: $\frac{1}{2}$ in. \times $\frac{1}{2}$ in. \times $\frac{1}{2}$ in. (12 mm \times 12 mm \times 12 mm).



(d) Small dice: $\frac{1}{4}$ in. \times $\frac{1}{4}$ in. \times $\frac{1}{4}$ in. (6 mm \times 6 mm \times 6 mm).



(e) Brunoise (broon-wahz): $\frac{1}{8}$ in. \times $\frac{1}{8}$ in. \times $\frac{1}{8}$ in. (3 mm \times 3 mm \times 3 mm).



(f) Fine brunoise: $\frac{1}{16}$ in. \times $\frac{1}{16}$ in. \times $\frac{1}{16}$ in. (1.5 mm \times 1.5 mm \times 1.5 mm).



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



(h) Paysanne: $\frac{1}{2}$ in. \times $\frac{1}{2}$ in. \times $\frac{1}{8}$ in. (12 mm \times 12 mm \times 3 mm; round, square, or rectangular).



(i) Lozenge: $\frac{1}{2}$ in. \times $\frac{1}{2}$ in. \times $\frac{1}{8}$ in. (12 mm \times 12 mm \times 3 mm; diamond-shape).



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



(k) Batonnet: $\frac{1}{4}$ in. \times $\frac{1}{4}$ in. \times 2 $\frac{1}{2}$ -3 in. (6 mm \times 6 mm \times 6-7.5 cm).



(l) Julienne (or allumette potatoes): $\frac{1}{8}$ in. \times $\frac{1}{8}$ in. \times 2 $\frac{1}{2}$ in. (3 mm \times 3 mm \times 6 cm).



(m) Fine julienne: 2 in. long \times $\frac{1}{16}$ in. \times $\frac{1}{16}$ in. (1.5 mm \times 1.5 mm \times 5 cm).

Annexe n° 4 – Ingrédients

- Les ingrédients énumérés ci-dessous sont les seuls articles que vous pouvez utiliser pour la durée du concours.
- Les ingrédients sont énumérés dans la 1^{re} colonne et les quantités maximales sont énumérées dans la 2^e colonne.
- Prenez seulement les ingrédients dont vous avez besoin puisque des points seront déduits pour la surproduction et le gaspillage.

Dans le but de promouvoir la responsabilité financière; si vous ne prévoyez pas utiliser certains des articles figurant sur cette liste, veuillez informer votre établissement hôte de ces articles avant l'achat (Si vous n'en avez pas besoin, alors ne faites pas de demande d'achat).

<i>Boissons alcoolisées</i>	<i>Quantités maximales</i>	<i>Quantité requise</i>
Bière, lager	4 x 355 ml	
Vermouth blanc sec	750 ml	
Vin rouge, Cabernet Sauvignon	750 ml	
Vin blanc, Chardonnay	750 ml	
<i>Produits laitiers</i>		
Beurre non salé	0,908 kg	
Fromage, Parmesan	0,100 kg	
Fromage, Brie, double crème	0,100 kg	
Fromage, Cheddar, variété locale	0,100 kg	
Crème fraîche 35%	2 litres	
Fromage, Crème	0,250 kg	
Lait d'amandes, non sucré	1 litre	
Lait homogénéisé 3,25%	1 litre	
Yaourt nature	750 ml	
<i>Marchandises sèches</i>		
Agar Agar	0,025 kg	
Levure	0,025 kg	
Feuille de laurier	5	
Chocolat noir Callebaut	0,500 kg	
Poudre de cacao	0,250 kg	
Lait de coco (boîtes, format ordinaire)	2 x 400 ml	
Fécule de maïs	0,250 kg	

Sauce de poisson, Nam Pla	0,750 litre	
Farine, Gâteau & Pâtisserie	0,500 kg	
Farine tout usage	0,500 kg	
Gélatine, en feuilles	5 feuilles	
Gélatine, en poudre	0,010 kg	
Gingembre, confit, sec, cristallisé	0,050 kg	
Glucose	0,100 kg	
Miel	0,100 kg	
Sirop d'érable, pur	0,500 litre	
Moutarde de Dijon	0,100 kg	
Moutarde de Dijon, Graineuse	0,100 kg	
Moutarde préparée	0,100 kg	
Noix, amandes, blanchies entières	0,300 kg	
Noix, noisettes, entières	0,200 kg	
Noix, pacanes, moitiés	0,200 kg	
Huile de colza	4 litres	
Huile d'olive extra vierge	2 litres	
Légumineuse, haricots cannellini, secs	0,200 kg	
Légumineuse, pois chiches, secs	0,200 kg	
Légumineuse, lentilles, vertes ou brunes, sèches	0,200 kg	
Sel de mer	0,250 kg	
Sel kasher	0,250 kg	
Sauce de soja	0,200 litre	
Sucre brun	0,250 kg	
Sucre à glacer	0,250 kg	
Sucre blanc	0,250 kg	
Tabasco	1 bouteille	
Purée de tomate	0,350 kg	
Vanille, pure	0,050 litre	
Vanille, bâton	2	
Vinaigre balsamique	1 litre	
Vinaigre de cidre	1 litre	
Vinaigre, vin blanc	1 litre	
Vinaigre blanc	1 litre	
Riz brun à grains entiers	0,250 kg	
Grains entiers, sarrasin (kasha)	0,250 kg	
Grains entiers, millet	0,250 kg	
Sauce Worcestershire	1 bouteillee	
Levure, sèche, à action rapide	0,020 kg	

<i>Produits congelés</i>		
Mûres, surgelées individuellement	0,250 kg	
Bleuets, surgelés individuellement	0,250 kg	
Framboises, surgelées individuellement	0,250 kg	
Fraises, surgelées individuellement	0,250 kg	
<i>Herbes fraîches</i>		
Basilic	1 botte	
Ciboulette	1 botte	
Coriandre	1 botte	
Romarin	1 botte	
Citronnelle	2 bâtons	
Menthe	1 botte	
Persil, feuille plate	1 botte	
Estragon	1 botte	
Thym	1 botte	
<i>Divers</i>		
Enduit à cuisson en aérosol, bouteille	1 bouteille	
Copeaux de bois	0,250 kg	
<i>Fruits</i>		
Pommes, Royal Gala	4	
Bleuets	0,142 kg (1 chopine)	
Citrons	6	
Limes	6	
Mangue, rouge	2	
Oranges, navel	4	
Fraises	0,142 kg (1 chopine)	
Rhubarbe, locale (si disponible)	6 branches	
Fraises	0,454 kg (1 pinte)	
<i>Légumes</i>		
Avocats (mûrs) prêts à servir	8	
Haricots verts, fins	0,100 kg	
Betteraves rouges, avec fanes	1 botte	
Carottes	0,454 kg	

Chou-fleur	1	
Céleri rave, gros	2	
Céleri	1 botte	
Aubergine	1	
Concombres anglais	1	
Fenouil, bulbe	1	
Ail, gousse	2	
Gingembre frais	0,100 kg	
Poireaux	3 poireaux	
Champignons de Paris, petits	0,454 kg	
Champignons shemiji	0,454 kg	
Champignons shiitake	0,454 kg	
Oignon espagnol, jaune	0,454 kg	
Oignons verts	1 botte	
Oignons rouges	0,454 kg	
Panais	0,454 kg	
Pois Mange-Tout	0,250 kg	
Poivrons verts	2	
Poivrons, rouge, jaune, vert, orange	1 de chaque	
Verdures, roquette	0,142 kg	
Piments Serrano, frais	0,100 kg	
Échalotes	0,250 kg	
Épinards, jeunes	0,142 kg	
Tomates, Roma	0,454 kg	
Tomates, raisins	0,454 kg	
Patates douces	0,454 kg	
Courgettes	0,454 kg	
<i>Fonds et viandes</i>		
Bacon, double fumé	0,100 kg	
Oeufs, gros	30	
Pâte de miso	0,100 kg	
Poisson de type salmonidé – truite, omble chevalier, saumon, arc-en-ciel (moyenne de 2 à 3 lb)	1	
Crevettes - (grosseur 21/25)	0,250 kg	
Fond de volaille, blanc	1 litre	
Fond de poisson	1 litre	
<i>Épices et herbes séchés</i>		

Piment de la Jamaïque	0,100 kg	
Chile Pasilla, poudre	0,100 kg	
Cannelle	0,100 kg	
Coriandre, graines	0,100 kg	
Cumin, graines	0,100 kg	
Poudre de cari	0,100 kg	
Fenouil, graines	0,100 kg	
Gingembre, poudre	0,100 kg	
Moutarde sèche	0,100 kg	
Moutarde en grains, jaunes, entières	0,100 kg	
Muscade, poudre	0,100 kg	
Paprika hongrois	0,100 kg	
Piment de Cayenne	0,100 kg	
Poivre en grains, noir	0,100 kg	
Poivre en grains, blanc	0,100 kg	
Graines de sésame, blanches et noires	0,100 kg	
Épice, cardamome, entière, verte	0,100 kg	
Épice, cumin, entier	0,100 kg	
Anis étoilé	0,100 kg	