

Cuisinier CFC

Cuisinière CFC

Restauration, hôtellerie

En tant que cuisinière ou cuisinier, tu prépares divers plats chauds ou froids, allant des entrées au dessert pour les clients de restaurants, d'hôtels, d'hôpitaux et d'autres lieux publics. Tu commandes les denrées alimentaires, en contrôles la qualité et la quantité, et les entrepases en respectant les règles d'hygiène. Tu composes les menus et soignes la présentation des plats.

Tâches

Préparation et présentation des plats

Élaborer des plats et des menus en fonction des saisons, des produits, de la clientèle et des tendances alimentaires, tenir compte des produits typiques et régionaux

Créer des recettes, essayer divers produits pour renouveler la carte du restaurant en appliquant des principes d'alimentation saine et équilibrée

Prévoir les appareils et ustensiles de cuisine

Préparer les aliments à cuire, éplucher et laver les légumes, couper la viande, déterminer la quantité de divers ingrédients

Apprêter les mets, par exemple des salades, viandes, légumes ou encore desserts, en utilisant diverses méthodes de cuisson, par exemple bouillir, cuire à la vapeur, gratiner, rôtir

Garnir les plats ou les assiettes avec soin et les passer au personnel de service

Organisation et gestion

Évaluer les quantités de marchandises à commander selon les recettes, les réservations et les prévisions de vente, calculer les coûts des marchandises et les valeurs nutritionnelles

Contrôler les denrées alimentaires livrées et les entreposer dans le respect de la législation sur les denrées alimentaires, notamment sur le stockage et les dates de péremption

Planifier et organiser des offres spéciales pour différents types de clients et lors d'événements particuliers

Utiliser des outils numériques pour le calcul et la planification en cuisine, afin d'optimiser la productivité et d'éviter les pertes et le gaspillage d'aliments

Soigner sa présentation et sa communication avec les collaborateurs, clients et fournisseurs, si nécessaire dans une deuxième langue nationale ou en anglais

Hygiène et sécurité

Assurer l'hygiène, l'ordre et la sécurité dans la cuisine, notamment pour prévenir les incendies

Évaluer régulièrement l'état de propreté de toutes les installations comme les entrepôts, la salle à manger, etc.) et mettre à jour les listes de contrôle

Nettoyer et ranger les ustensiles de cuisine, le matériel et les instruments de travail

Trier les déchets selon les directives, les éliminer ou les recycler

Environnement de travail

En tant que cuisinière ou cuisinier, tu travailles en équipe dans une cuisine où le rythme est soutenu. Tu portes des vêtements particuliers pour respecter les normes d'hygiène. Les horaires de travail sont irréguliers et comprennent le soir, le dimanche et les jours fériés.

Tu peux trouver du travail tant dans des restaurants, auberges, hôtels et établissements de collectivités comme les hôpitaux, homes, restaurants d'entreprise, compagnies navales ou aériennes. La mobilité professionnelle te permet de connaître d'autres méthodes de travail et habitudes alimentaires. Selon tes capacités, tu peux devenir chef-fe de partie, chef-fe de cuisine ou gérant-e d'établissement, par exemple.

Qualités requises et intérêts

Qualités requises

- Goût et odorat développés
- Capacité à s'adapter à un horaire irrégulier ou de nuit
- Résistance au stress
- Sens de l'hygiène et de la propreté
- Aptitude à travailler en équipe
- Habileté manuelle
- Rapidité d'exécution
- Résistance physique

Intérêts

- Travailler avec des produits alimentaires
- Travailler avec ses mains
- Expérimenter, rechercher
- Planifier, organiser

Formation

Cette formation s'acquiert par un apprentissage en entreprise ou en école à plein temps.

Entreprise

Formation pratique 4 jours par semaine dans un restaurant ou un hôtel

École

Formation théorique 1 jour par semaine dans les écoles professionnelles cantonales

Cours interentreprises

20 jours sur 3 ans dans les écoles professionnelles cantonales

École à plein temps

1re année: formation en école à plein temps (théorie et pratique), à Sion (VS)

2e et 3e année: formation en entreprise, selon le modèle dual (signature d'un contrat d'apprentissage de 2 ans)

Durée

3 ans

Conditions d'admission

Scolarité obligatoire achevée

Certaines entreprises ou écoles ont recours à un examen d'admission

Maturité professionnelle

Possibilité d'obtenir une maturité professionnelle pendant l'apprentissage ou après l'obtention du CFC, selon des modalités variables d'un canton à l'autre.

Titre obtenu

Certificat fédéral de capacité (CFC) de cuisinière ou cuisinier

Formations continues

Cours

Cours organisés par l'association **Gastro Formation** ↗

<https://gastrosuisse.ch/fr/formation>

Brevet fédéral

Chef-fe cuisinier-ière BF

<https://www.orientation.ch/fr/professions/chef-fe-cuisinier-iere-bf>

Chef-fe d'établissement de l'hôtellerie et de la restauration BF

<https://www.orientation.ch/fr/professions/chef-fe-etablissement-de-lhotellerie-et-de-la-restauration-bf>

Responsable du secteur hôtelier-intendance BF

<https://www.orientation.ch/fr/professions/responsable-du-secteur-hotelier-intendance-bf>

Cuisinier-ière en diététique BF

<https://www.orientation.ch/fr/professions/cuisinier-iere-en-dietetique-bf>

Diplôme fédéral

Chef-fe de cuisine DF

Chef-fe de la restauration DF

Chef-fe de la restauration collective DF

Chef-fe du secteur hôtelier-intendance DF

Chef-fe d'entreprise de l'hôtellerie et de la restauration DF

École supérieure

Hôtelier/ière-restaurateur/trice ES

<https://www.orientation.ch/fr/professions/hotelier-iere-restaurateur-trice-es>

Technicien-ne ES en agroalimentaire

<https://www.orientation.ch/fr/professions/technicien-ne-es-en-agroalimentaire>

Haute école

Bachelor of Science en **hôtellerie et professions de l'accueil**

<https://www.orientation.ch/fr/filieres-d-etudes/hospitality-management>

Bachelor of Science en **ingénierie des sciences du vivant**

<https://www.orientation.ch/fr/filieres-d-etudes/biotechnologie>

Les conditions d'admission varient selon les hautes écoles.

Professions voisines

Profession

Spécialiste en restauration CFC

<https://www.orientamento.ch/it/fr/professions/specialiste-en-restauration-cfc>

Profession

Gestionnaire en hôtellerie-intendance CFC

<https://www.orientamento.ch/it/fr/professions/gestionnaire-en-hotellerie-intendance-cfc>

Profession

Gestionnaire en restauration de système CFC

<https://www.orientamento.ch/it/fr/professions/gestionnaire-en-restauration-de-systeme-cfc>

Profession

Boucher/ère-charcutier/ière CFC

<https://www.orientamento.ch/it/fr/professions/boucher-ere-charcutier-iere-cfc>

Profession

Boulangier/ère-pâtissier/ière-confiseur/euse CFC

<https://www.orientamento.ch/it/fr/professions/boulangier-ere-patisserie-confiseur-euse-cfc>

Autre information

Numéro Swissdoc

0.220.13.0

Liens utiles

Hôtel & Gastro Formation

<https://www.hotelgastro.ch/fr>

GastroSuisse

<https://gastrosuisse.ch/fr>

École professionnelle commerciale et artisanale de Sion (EPCA)

<https://www.epcasion.ch/>

Bases légales

<https://www.becc.admin.ch/becc/public/bvz/beruf/show/79009?lang=fr>