

# Cuisine japonaise autour du sushi

## Profils des stagiaires

- Mareyeurs, poissonniers, cuisiniers
- Créateurs des projets de la restauration japonaise et asiatique

## Prérequis

- Connaissance les bases de la cuisine japonaise ou asiatique.
- Expérience les bases de la cuisine.

## Objectifs pédagogiques

- Reconnaître l'utilisation des couteaux, aiguisage et entretien.
- Reconnaître le filetage du poisson en Méthode Japonaise et détailler pour les sushis et sashimis.
- Être capable d'organiser et anticiper pour confectionner les sushis et les sashimis.
- Être capable de confectionner le riz sushi.
- Reconnaître les condiments et des sauces japonais traditionnels.
- Reconnaître les bases d'utilisation des condiments pour confectionner des sauces et des soupes authentiques japonaises.
- Être capable de confectionner quelques plats authentiques.

## Contenu de la formation

### 1 / Reconnaître la confectionne du riz sushi

- Reconnaître les caractéristiques du riz sushi
- Préparation du vinaigre pour le riz sushi
- Reconnaître à maîtriser la quantité du riz et de l'eau

### 2 / Reconnaître le filetage méthode japonaise

- Reconnaître les caractéristiques des différents types de poissons
- Utilisation des couteaux
- Aiguisage des couteaux

### 3 / Distinguer les différentes façons de fileter et détailler selon les différents types de poissons (à définir à votre demande)

- Saumon
- Poisson blanc
- Poisson plat
- Thon entier ou longe
- Bonite
- Maquereaux

- Sardine
- Poissons méditerranéens

#### 4 / Confectionner les sushis, sashimis et makis

- Reconnaître la bonne quantité de riz pour les sushis et makis
- Reconnaître la bonne quantité de poisson ou autres ingrédients pour les sushis, makis et sashimis.

#### 5/ Reconnaître les bases des condiments japonais et les noms.

- Reconnaître les caractéristiques des condiments.
- Reconnaître les ingrédients traditionnels.
- Reconnaître les plats authentiques.

#### 6 / Être capable de confectionner quelques plats authentiques.

- Être capable de confectionner les sauces et les soupes traditionnels.
- Être capable de confectionner quelques plats authentique en bonne méthode.

#### 7 / Reconnaître quelques plats asiatiques des autres origines.

- Reconnaître les ingrédients asiatiques outre que les japonais.

### Pratiques guidées

- Acquérir la bonne manière d'utilisation des couteaux japonais variés.
- Acquérir la bonne manière d'organisation du plan de travail et anticipation pour la manipulation du poisson en bonne état.
- Acquérir la bonne pratique de la cuisine japonaise et asiatique des payes différents.
- Acquérir l'accessibilité les techniques et les recettes asiatiques dans votre création de menu.

## Organisation de la formation

### Equipe pédagogique

Yuko PEREZ exerce dans la restauration depuis 20 ans, dont 2 ans au Japon. Elle est formée au métier de sushi par son oncle et était l'assistante de nombreux chefs japonais en France chez Kyosushi / Kyoya de 2005-2018. Elle est formatrice titulaire du diplôme d'université formateur d'adultes (DUFA).

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Attestation d'assiduité et attestation de fin de formation
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaire d'évaluation de la formation.