



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'histoire de sushi et la cuisine japonaise.
- Identifier entre les condiments, les sauces japonais traditionnels et ceux des autres pays asiatiques. Appliquer l'utilisation des condiments japonais.
- Identifier les différents types de couteaux japonais, ses utilisations et entretien.
- Distinguer les différentes façons de filetage en Méthode Japonaise selon les différents types de poissons.
- Reconnaître quelques façons de détailler les poissons pour les nigiris (sushis) et sashimis.
- Être capable de confectionner du riz nature et riz sushi avec le riz rond japonais.
- Appliquer une bonne organisation et anticipation pour la confectionne des nigiris (sushis) maki et les sashimis.
- Être capable de confectionner quelques plats authentiques.
- Reconnaître des techniques authentiques sur les filets de poissons.
- Préparer les sushis personnalisés.
- Argumenter les enjeux de métier de sushi au japon avant, actuel et dans le monde et le futur.

Contenu de la formation

1 / Reconnaître l'histoire de sushi et la cuisine japonaise.

- L'origine de sushis, la cuisine japonaise et l'évolution.

2 / Identifier entre les condiments, les sauces japonais traditionnels et ceux des autres pays asiatiques. Appliquer l'utilisation des condiments japonais.

- L'utilisation des condiments traditionnels et ses utilités.
- Dosages des condiments pour confectionner quelques plats authentiques japonais.

3 / Identifier les différents types de couteaux japonais, ses utilisations et entretien.

- Les différents types de couteaux japonais et ses utilisations.
- Entretien avec les pierres à aiguiser.
- Appliquer l'utilisation des différents couteaux et identifier ces usages.



4 / Distinguer les différentes façons de filetage en Méthode Japonaise selon les différents types de poissons.

- Poisson blanc
- Poisson plat
- Thon entier ou longe
- Bonite
- Maquereaux
- Sardine
- Poissons méditerranéens
- Saumon

5 / Reconnaître quelques façons de détailler les poissons pour les nigiris (sushis) et sashimis.

- Comment définir le sens pour détailler.
- La quantité de tranches pour les nigiris et sashimis.

6 / Être capable de confectionner du riz nature et riz sushi avec le riz rond japonais.

- Reconnaître les caractéristiques du riz japonais rond.
- Argumenter la qualité du riz pour la maîtrise de la confectionne du riz sushi.
- Calculer la quantité nécessaire du riz sushi par portion ou plus.

7 / Appliquer une bonne organisation et anticipation pour la confectionne des nigiris (sushis) maki et les sashimis.

- Mise en place de poste sushi.
- Matériels nécessaires.
- La gestion de stockage de poisson, la prise de commande et la relationnelle avec les fournisseurs.
- Choisir les marchandises japonaises.

8 / Être capable de confectionner quelques plats authentiques.

- Le fondamental de la cuisine japonaise.
- Rappeler les bases des recettes authentiques.
- Les techniques traditionnelles.

9 / Reconnaître des techniques authentiques sur les filets de poissons.

10 / Préparer les sushis personnalisés.

11 / Argumenter les enjeux de métier de sushi au japon avant, actuel et dans le monde et le futur.

Pratiques guidées

- Acquérir la bonne manière d'utilisation des couteaux japonais variés et ses entretiens.
- Acquérir la bonne organisation et anticipation de mise en place de travail pour la confectionne des sushis.
- Acquérir la bonne pratique de confectionne pour la cuisine japonaise avec les condiments traditionnels.



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) en 2017.

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.

