

## L'Édito du Patron



Avez-vous déjà entendu parler de la **guidance** ? Non ? Et pourtant, ce projet est une avancée en terme d'enseignement et a pour objectif de permettre à chacun de mener à bien

sa formation.

Prenons un exemple : un étudiant s'est inscrit en boulangerie et découvre qu'il rencontre quelques difficultés avec la conversion des kilos, des litres et centilitres, un étudiant de cuisine ne parvient pas facilement à adapter une recette donnée pour 6 personnes pour les 20 couverts qu'il doit prévoir... vers qui doivent-ils se tourner ? Ils confient leurs difficultés qui peuvent aussi être d'ordre plus pratiques (une crème ou une pâte non maîtrisées, la taille de légumes peu rapide...) à leur titulaire qui va se charger de faire le point avec eux et de leur proposer une solution. C'est nouveau ! L'école peut organiser des cours de « rattrapage » et ainsi aider les étudiants qui en font la demande à franchir un cap qui si il y sont confrontés seuls peut paraître insurmontable.

Au CEFOR, nous mettons ce projet en place avec la possibilité d'une aide individuelle pour les questions « théoriques » les vendredis matins et pour les questions pratiques les mardis (boulangerie) et mercredis (cuisine) matins de décembre.

Alors, si vous vous sentez concerné(e), n'hésitez plus à contacter votre professeur ou notre secrétariat. Nous voulons que chaque étudiant dispose d'une aide personnalisée pour que la formation soit une expérience positive. Profitez de la mise en place de ces heures de guidance afin que vos efforts soient payants et que votre projet de formation ou vos objectifs professionnels aient toutes les chances d'aboutir.

Le directeur,  
Benoît LE GAL

Autre nouveauté... **l'enseignement inclusif** ou comment venir en aide aux personnes handicapées pour les intégrer dans nos parcours de formation. Pour tout renseignement, vous pouvez contacter Madame Elodie ANDRE en lui écrivant à l'adresse ci-dessous : [inclusion.promsoc@gmail.com](mailto:inclusion.promsoc@gmail.com)

## Quelques places à saisir

Des petits modules destinés à découvrir un aspect des métiers que nous enseignons vont encore s'ouvrir après le congé d'automne. Voici nos dernières propositions :

- ☞ Création de cocktails... 4 lundis soirs à partir du 04/12/2017 (reste 6 places)
- ☞ Cuisine à la bière avec notre bièrologue... 4 mercredis soirs à partir du 08/11/2017 (reste 7 places)
- ☞ En projet pour janvier 2018, 4 mardis soirs pour découvrir le travail du sucre (sous réserve d'un nombre suffisant de participants).

## A vos agendas

Le CEFOR va permettre aux étudiants de dernière année de formation en cuisine et salle de mettre en pratique leurs acquis en ouvrant son restaurant d'application au public pour toute une semaine consacrée à la **cuisine du gibier**.

Du lundi 20 novembre au jeudi 23 novembre inclus, en soirée, nous vous proposerons de venir déguster un menu concocté par nos professeurs et réalisés par les étudiants au prix de 35 euros par couvert apéritif et eaux compris. Comme d'habitude, les réservations s'effectueront sur paiement au secrétariat dès le lundi 6/11/2017. Le menu est en ligne :

<https://www.cefors.be/web/agenda.php?E=257&Q=0#257>

Et si vous avez envie de vous faire plaisir en décembre, notez déjà que nous prévoyons d'organiser un tea-room le **mardi 5 décembre** après-midi. Nous donnons ainsi l'occasion à nos étudiants du cours de vente de s'exercer en conditions réelles et de vous faire goûter nos pâtisseries « maison » accompagnées d'un thé ou d'un café préparé dans les règles de l'art (réservation souhaitée au secrétariat).

## Recettes vues aux cours

Lors du petit module de découverte de la cuisine italienne, les étudiants ont appris à réaliser différents types de pâtes fraîches. En voici une pour vous régaler...

### Roulé de pâte fraîche et aubergine au four

#### Ingrédients (6 couverts)

Pour la sauce :

Tomates pelées	2 boîtes (±400 g/boîte)
Eau	400 g
Huile d'olive	
Ail	2 éclats
Echalote	2 pièces
Basilic frais	1 botte
Thym, laurier	
Sel et poivre	Selon le goût
Bicarbonat de sodium	1 càc

Pour la pâte fraîche :

Œuf entier	3 pièces
Eau	Petite quantité
Farine semoule blé dur	300 g
Sel	1 pincée

Garniture :

Aubergine	2 pièces
Tomates cerises	300 g
Huile pour friture	
Basilic	1 botte
Parmesan en bloc	200 g
Mozzarella di bufalla	2 boules
Poivre, gros sel, origan	

#### Mode opératoire

Réaliser une pâte à nouilles et la laisser reposer à couvert dans le frigo 30 minutes.

Faire un bassin fontaine avec la farine, le sel. Placer les œufs au centre et mélanger. Ajouter un peu d'eau pour assouplir la pâte. Bien pétrir jusqu'à ce que la pâte ne colle pas et soit souple puis placer au frigo.

Réaliser une sauce tomate de base en commençant par faire revenir l'ail et les échalotes finement émincées dans l'huile d'olive. Ajouter les tomates

pelées et rincer les boîtes avec l'eau. Ajouter le thym, le laurier, un peu de bicarbonate (plus intéressant que le sucre pour casser l'acidité des tomates), saler et poivrer. Nettoyer et ciseler la botte de basilic et ajouter à la sauce. Réserver.

Couper des tranches d'aubergines de 2 à 3 mm et les faire dégorger avec du gros sel environ 30 minutes.

Bien les rincer, les éponger et les frire rapidement à l'huile, réserver sur papier cuisson.

Couper les tomates cerises en fines tranches ainsi que la mozzarella, réserver.

Gratter le parmesan avec la râpe fine.

Abaissier la pâte à nouille au laminoir (réaliser plusieurs passages en abaissant l'épaisseur progressivement jusqu'à l'avant-dernier cran) et couper la bande obtenue en rectangles de 15 cm long.

Cuire à l'eau bouillante salée quelques minutes, refroidir, éponger.

#### Montage

Sur un rectangle de pâte, étaler des tranches d'aubergines, assaisonner, ajouter les tomates, la mozzarella, quelques feuilles de basilic, origan, rouler en serrant bien.

Dans un plat pour le four, napper le fond du plat avec la sauce tomate, déposer les roulés sur la couture (soudure), napper de sauce, terminer par le fromage râpé.

Enfourner 30 minutes à 170° et servir immédiatement.

### Un dessert tout champignon !

Un module de découverte et cuisine des champignons vient de prendre fin... avec cette recette pour le dessert vous surprendrez vos invités.

#### Ingrédients (20 couverts)

<b>1/Pains champignons</b>	<b>3/Sponge cake</b>
1 kg de farine (ANCO)	2 bottes de persil
60 cl d'eau tempérée	8 blancs d'œufs
30 gr de levure	2 jaunes
17 gr de sel	200 gr de farine
10 gr de sucre	4 gr de levure chimique

<b>2/Chutney de girolles</b>	<b>4/Salade de chêne</b>
500 gr de girolles	Noix
8 abricots	400 gr Brillat Savarin aux truffes
4 échalotes	400 gr de roquefort
Beurre	400 gr de brie
50 cl bouillon de volaille	1 crème de brie
10 cl de Suze	200 gr de champignons
10 cl de vinaigre	

## Préparation :

1/Faire une fontaine avec la farine.

Disposer le sel et le sucre à l'extérieur de la fontaine.

Délayer la levure dans l'eau tempérée et mettre ce mélange au centre de la fontaine.

Pétrir, du centre vers l'extérieur, en incorporant peu à peu la farine. Laisser reposer 30 minutes.

Peser des pâtons de 50 à 60 gr et les façonner, les mettre dans des moules chemisés, laisser pousser à nouveau pendant une heure.

Enfourner à 180° pendant 20 minutes avec vapeur au départ.

2/Plonger les girolles dans de l'eau bouillante salée pendant 2 minutes, égoutter.

Tailler les abricots en brunoise et les faire tremper dans de l'eau tiède.

Faire revenir les échalotes émincées avec une noix de beurre, ajouter les abricots et les girolles.

Déglacer avec le vinaigre.

Mouiller avec un fond de volaille.

Laisser cuire 20 minutes à feu doux et à couvert.

Déglacer avec un peu de Suze, assaisonner et réserver.

3/ Blanchir le persil pendant 7 minutes, mixer pour en obtenir une purée.

Mélanger au blender la purée de persil, les blancs d'œufs, le jaune, la farine et la levure .

Mettre dans un siphon, gazer, verser dans un récipient , passer au four micro onde pendant 30 secondes à intensité maximum.

4/ Découper le brie en 2.

Mélanger de la crème de brie avec les champignons préalablement sautés.

Farcir le brie et reconstituer.

Editeur responsable : CEFOR-IEPS

Sur assiette déposer à gauche un pain champignon, et réaliser comme un chemin dans l'assiette avec le sponge cake, la salade assaisonnée d'une bonne vinaigrette, le chutney, les noix et les fromages.

## Une idée « Vins-Fromages »

Un petit module permet d'apprendre à associer des fromages à des vins et de découvrir toute la richesse que peuvent apporter les associations qui naissent de la connaissance de ces deux matières. Voici leurs conseils...

La saison automnale est une invitation aux fromages d'alpages, comme ce fabuleux « Reblochon ». Cette AOP de Haute Savoie est un fromage à pâte molle et croûte lavée qui est souvent très apprécié dans la tartiflette. Son caractère moelleux et fondant offre des arômes herbacés qui soulignent un terroir typiquement montagnard. Chaud il s'accorde avec les vins de la région comme la Jacquère de Savoie, un vin vif et salivant qui ne dénature pas les saveurs du fromage. Si vous recherchez une originalité, nous vous recommandons de le déguster au naturel avec un vin blanc du Languedoc sur le terroir de « La Clape ». En effet, le cépage typique appelé ici « Bourboulenc » apporte une minéralité saline typique dans cette région. La fraîcheur et le coté aromatique escortent parfaitement la texture du fromage tandis que le coté salin rehausse sa saveur lactée.

Pour un accord parfait, il est préférable d'acheter un reblochon « fermier » son caractère est plus affirmé. Comment le reconnaître ? Il doit porter une petite rondelle de caséine verte. Si cette dernière est rouge c'est alors un fromage de fruitière ou d'une laiterie plus importante.

## Bon congé d'automne

