

News du CEFOR

Juillet 2022



Rentrée à partir du 29 août 2022

Les vacances...

Comme les enfants, nous les grands aimons nos vacances d'été ! Nous avons donné beaucoup d'énergie tout au long de cette année scolaire et sommes bien heureux de pouvoir recharger nos batteries solaires ou pas 😊

Le CEFOR va donc fermer ses portes pour quelques semaines : dernier jour où vous pourrez nous joindre le jeudi 7 juillet avant de pouvoir à nouveau nous rencontrer à partir du mardi 16 août mais **uniquement sur rendez-vous**.

N'oubliez pas que vous pouvez continuer à vous inscrire en ligne et surtout pensez à lire vos mails début août pour ne pas « rater » celui du CEFOR vous demandant de confirmer votre inscription en virant la somme demandée sur le compte de l'école (BE57.0912.1205.2335) en indiquant bien la communication qui vous sera personnellement adressée (ajoutez inscriptions@cefor.be dans vos favoris cela évitera de rater l'info glissée dans les spams !).

L'année scolaire prochaine verra s'appliquer un nouveau calendrier celui des vacances scolaires sera identique à celui des enfants. Pas de souci donc pour prendre quelques jours de repos en famille ou prévoir des activités entre amis.

Bonnes vacances à tous

On en a déjà parlé mais...

Nous sommes très heureux de vous annoncer la naissance de deux nouveaux cours : les « thés de Chine » avec leurs grands crus aussi prestigieux que ceux rencontrés dans le monde des œnologues feront leur apparition dans les dégustations proposées au cours des 8 soirées qui leur seront consacrées (cours complet pour cette année mais il reste de la place dans le cours de sommelier des thés).

Le miel déjà à l'honneur depuis quelques années dans notre école se verra décliner dans toute une série de produits tant alimentaires que cosmétiques. Apprendre à fabriquer du nougat, des petits bonbons au miel, du pain d'épice mais aussi des savons, des shampoings, des bougies... une nouvelle aventure que vous pouvez partager avec nous dès septembre prochain. Il reste quelques places et il ne faut pas particulièrement avoir suivi la formation d'apiculture pour se lancer.

Après Sommelier, le négociant-caviste

Les métiers du vin sont nombreux et notre école forme des sommeliers depuis plusieurs années déjà. Après deux années de formation en œnologie, il est désormais possible de suivre une formation pour devenir négociant-caviste. Tout savoir du commerce des vins : comment choisir les vins qui s'entreposeront dans votre cave pour les vendre en conseillant au mieux vos clients, comment établir des contacts avec des vignerons et procéder à l'import de leurs plus beaux crus pour les proposer à des restaurateurs, des amateurs passionnés. Des dégustations professionnelles en passant par les documents administratifs à remplir, des conseils pour bien gérer une cave aux idées nouvelles sur les produits qui ont la côte... on ne s'ennuiera pas en participant à ce nouveau cours.

Cuisiner sain et équilibré

En collaboration avec l'EAFc NAMUR CADETS, une formation de 80 périodes pour apprivoiser les grands principes de la nutrition et les mettre en pratique en réalisant des menus complets, équilibrés, goûteux et dans l'air du temps. Bien manger c'est aussi savoir quoi manger, en quelle quantité et quels apports cela nous offre. Les cours de théorie se donnent à l'EAFc Cadets et ceux de pratique au CEFOR. Et pourquoi ne pas envisager une année « santé pleine de punch » ?

Un module de 40 périodes consacré à la lacto-fermentation ouvre les portes d'une autre manière de consommer et conserver les légumes...

Découvrir le CEFOR ?

Nous proposons à tous ceux qui ne fréquentent pas encore nos cours de pousser la porte de notre école pour participer à quatre soirées (vendredi) ou quatre matinées (samedi) de découverte.

Entre les pains au levain, les viennoiseries et la cuisine des épices ou d'Asie, notre proposition à de quoi titiller les papilles, éveiller la curiosité.

Envie de venir avec des amis qui n'ont jamais mis les pieds dans notre école, de leur donner l'envie de vous rejoindre pour une formation plus longue ?

Toutes les informations sont accessibles sur notre site : [Découverte métier](#)

Il est à noter que le coût de ces formations inclut les matières premières.

La presse

Nous avons eu le plaisir de recevoir Monsieur Husquin, journaliste chez Vers l'Avenir, qui a réalisé un reportage sur les épreuves de qualification qui se sont déroulées à la mi-juin et qui ont ouvert les portes des restaurants, cuisines de collectivité, hôtels, boulangeries, pâtisseries... à nos étudiants fraîchement diplômés. Après une crise Covid qui a fait beaucoup de mal, l'Horeca recherche du personnel.

Avis aux amateurs 😊

Une recette des épreuves de qualification

Os à moelle garni d'une mousse de poisson, filet de lieu jaune, sauce au beurre blanc et moelle et légumes de saison



Ingrédients pour 4 couverts

Chair de poisson crue (lieu jaune)	Kg	0,13
Œuf	Pce	1,00
Crème fraîche liquide froide	Kg	0,13
Beurre fondu	Kg	0,04
Bisque corsée	Kg	0,02
Sucre	Gr	5,00
Sel	Gr	5,00
Filet de poisson (lieu jaune) - 80gr/personne	Kg	0,32
Beurre clarifié	PM	
Os à moelle rond	Pce	4,00
Echalotes grises - 1,5 pièces environs	Kg	0,04
Vin blanc de cuisine	L	0,08
Vinaigre de vin blanc	L	0,05
Beurre doux coupé en cubes et bien froid	Kg	0,08
Moelle des os	Kg	0,08
Sel	PM	
Poivre	PM	
Piment de Cayenne	PM	
Jeunes carottes	Pce	8,00
Jeune navet	Pce	0,50
Petits oignons	Pce	4,00
Beurre	PM	
Sucre fin	PM	
Sel	PM	
Fleur de sel	PM	
Poivre au moulin	PM	
Quelques brins de persil frisé	PM	
Farine type 55	Kg	0,02
Huile	Kg	0,06
Eau	Kg	0,16

Réalisation

Mettre les assiettes sélectionnées au chauffe-assiettes. Prévoir des petites cuillères si les os achetés sont ronds.

Hacher le persil très finement. Réserver.

Os : mélanger 3 volumes d'eau pour 1 volume de vinaigre blanc, mettre les os à tremper pour les dégorger une heure au réfrigérateur (cette opération va éliminer les impuretés et extraire le sang résiduel). Porter un grand volume d'eau à ébullition, ajouter les os et les pocher. Ecumer une fois l'ébullition atteinte et baisser le feu. Cuire à frémissements pendant 10 à 15 minutes selon la dimension des os. Puis décanter les os et laisser refroidir. Récupérer la moelle à l'aide d'un couteau d'office. Mixer puis réserver la moelle au réfrigérateur et la détailler en petits cubes une fois qu'elle est refroidie. Nettoyer les os en les brossant soigneusement.

Mousse de poisson : préparer une mousse de lieu jaune (au Thermomix : chair de poisson crue bien froide, mixer, sel et sucre, mixer, œuf, mixer, crème fraîche liquide froide, mixer quelques secondes, mélange de beurre fondu et de bisque bien chaud, mixer quelques secondes). Farcir l'os à moelle avec la mousse de poisson à l'aide d'une poche à douille ou d'une spatule. Cuire à la vapeur pendant 9 minutes (jusqu'à 12 minutes selon la taille des os). Réchauffer 1 à 2 minutes à l'envoi.

Légumes : glacer à blanc et séparément (eau à mi-hauteur, beurre, sucre, sel - papier sulfurisé avec petite ouverture centrale - à frémissements jusqu'à évaporation de l'eau - sans papier sulfurisé - mélanger et vérifier l'appoint de cuisson) les petits oignons pelés, les huitièmes de navet épluché, les carottes taillées. Réchauffer les légumes à l'envoi.

Filets de poisson : lever les filets de poisson, saler et poivrer le côté chair, huiler le côté peau. Saisir chaque face dans une poêle anti adhésive bien chaude dans un mélange de beurre clarifié et d'huile de cuisson. A l'envoi, terminer la cuisson à la vapeur au four pendant environ 4 minutes.

Sauce : préparer la sauce à base de 50% beurre et de 50% moelle : réduction de vin blanc, vinaigre de vin blanc et d'échalotes ciselées très finement (porter lentement à ébullition pour laisser cuire les échalotes puis laisser réduire à frémissements jusqu'à ce qu'il reste 2 CS de liquide en plus des échalotes), ajouter un peu de crème, monter à la moelle et au beurre coupés en petits cubes bien froids (ajouter les derniers morceaux hors du feu). Assaisonner de sel, poivre et de piment de Cayenne. Réserver.

Tuile de pain : mixer l'eau froide, l'huile et la farine. Cuire par petites tâches dans une poêle antiadhésive bien chaude (jusqu'à évaporation de l'eau et atteinte de la rigidité de la tuile).

Montage : placer l'os garni de mousse de poisson au centre de l'assiette, le parsemer de persil haché, disposer les légumes, le filet de poisson et un peu de sauce parsemée de Piment de Cayenne à côté de l'os. Ajouter de la fleur de sel et un tour de moulin à poivre. Placer joliment la tuile de pain.

Bon appétit et encore toutes nos félicitations aux étudiants qui ont réalisé de très beaux plats, originaux et savoureux lors des épreuves couronnant leur formation.

Quant la cuisine devient un art, qu'il est agréable de se laisser surprendre par des assiettes aux couleurs chatoyantes, à la présentation élaborée, aux saveurs surprenantes !

Un café, un petit gâteau ?

Tea time, merveilleuse habitude anglaise que nous adoptons dès septembre mais côté fabrication bien entendu 😊

Entre les thés et les cafés, votre cœur balance ? Qu'à cela ne tienne, nous vous proposons de découvrir tous les secrets de ces deux boissons d'exception et de leur adjoindre de délicieux petits gâteaux.

Si vous préférez les infusions, vous pourrez apprendre à les préparer en partant de la récolte des plantes...

Nous proposons un aperçu de quelques cours

Tarterie	Lundi matin
Glaces et biscuits	Lundi soir
Sommellerie des thés	
Caféologie	
Tisanes et infusions	
Pâtisseries (familiales)	Mardi matin
Mini gâteaux et verrines	Mercredi matin
Plantes sauvages	
Pains du monde	Vendredi matin

Consultez régulièrement la page qui reprend tous les cours qui démarrent car certains ne commencent pas en septembre mais en octobre ou en février....

[Nos cours démarrent](#)

N'hésitez pas à nous contacter via un mail à info@cefor.be ou par téléphone au 081/255180.

Des nouvelles vidéos...

Qu'y a-t-il dans le chocolat au lait ? Le chocolat noir est meilleur pour la santé que le blanc ? La Belgique produit du chocolat ? Comment faire pour obtenir une tuile en chocolat bien brillante, croquante ? Si vous vous posez ces questions, notre professeur Madame Halloy vous donnent des réponses, vous explique comment tabler votre chocolat dans 3 vidéos réalisées en collaboration avec le service d'appui en e-learning de **Wallonie-Bruxelles Enseignement**.

Voyez par vous-même...

[Qu'est -ce que le chocolat ?](#)

[Chocolat - Cristallisation par tablage](#)

[Chocolat - Cristallisations par ensemencement \(micro-ondes\)](#)

Monsieur Hubert, professeur de boulangerie-pâtisserie, vous guide pas à pas pour réaliser une excellente pâte à tarte pour mettre à l'honneur les fruits ... tarte aux cerises dans ce cas ou tarte au sucre juste de quoi vous régaler pour cet été.

Cette leçon est vue en première année boulangerie-pâtisserie.

[Pâte à tarte](#)

Champions de France de dégustation

Ce samedi 25 juin se déroulait dans le Mâconnais la finale du championnat de France de dégustation des vins à l'aveugle.

Toutes nos félicitations à cette équipe qui remporte le titre et se qualifie pour les championnats du Monde.

Deux étudiants du CEFOR, Monsieur Christoffels et Monsieur Katz, ainsi qu'un professeur d'œnologie Monsieur Rotiers et Monsieur Barcena formaient cette team d'exception qui pour trois d'entre eux se sont vus pour la seconde année remporter la victoire.

Un grand bravo !

Augmentation 😞

Après consultation et négociations avec nos fournisseurs en cette fin juin, nous sommes au regret de vous signaler que **tous leurs prix vont augmenter d'environ 20 % dès septembre prochain**. Prévoyez donc un peu plus de « sous » pour acquérir du matériel ou pour votre participation hebdomadaire à l'achat des marchandises.