

Nom : Prénom : Classe :

A) D'où proviennent les germes et les pousses ?

.....

B) Citez trois critères de qualité des pousses (pas emballage, température...) :

1) 2) 3)

C) Complétez le tableau ci-dessous sur les différentes classifications de pousses :

Classifications	Exemples de pousses
Pousses de céréales	
	Lentilles / Pois chiche
Pousses de graines de légumes	
	Moutarde / Raifort
Graines de légumes	

D) Pourquoi les germes et les pousses ont une valeur nutritionnelle importante ?
 Citez trois raisons :

1) 2) 3)

E) Donnez deux conseils pratiques pour l'utilisation des germes et des pousses :

1) 2)

F) Citez deux méthodes de cuisson pour les salades de légumes cuits et de légumineuses :

1) 2)

G) Faites une proposition de trois salades de légumes cuits et de trois salades de légumineuses. Veillez à la diversité des couleurs :

1) 2) 3)

1) 2) 3)

H) Développez deux règles importantes pour la confection des salades de légumes cuits et de légumineuses :

1)

2)

I) Lors de la préparation de mets avec un Pacojet, on utilise le terme « pacosser ». Que signifie ce terme ?

.....

.....

J) Quelle est la différence entre un outil et un ustensile de cuisine ?

Outil :

.....

Ustensile :

.....

K) Dans l'équipement de cuisine, nous trouvons différentes familles. Complétez le tableau, mais pas de répétitions possibles :

Equipements de cuisine	Familles
<i>Exemple : Sonde / Thermomètre</i>	<i>Outils de cuisine</i>
Couteau à viande	
Planche à découper	
Assiette carrée	
Cellule de refroidissement	
Fourneau	
Sauteuse	
Ecumoire	

L) Citez deux possibilités d'emploi du système « Gastronorme » :

1)

2)

M) Citez deux avantages du système « Gastronorme » :

1)

2)

N) Citez trois matériaux différents que l'on trouve dans le système « Gastronorme » :

1) 2) 3)

O) Lors de l'utilisation des machines, citez deux points que l'on doit respecter :

1) 2)