PRÉNOM :

**Contrôle**

 **des acquis**

CLASSE :

DATE :

|  |  |
| --- | --- |
| **Maximum des points** | **73p.** |
| **Total des points obtenus** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **1. a) Je suis un légume d’une grande famille. b) Ma forme est variée et on me trouve en différentes couleurs au marché, je contiens beaucoup d’eau, on me découpe en concassée et en dés. Je m’appelle …….. c) Nommez 5 frères/sœurs ? d) On me trouve en diverses préparations, nommez en 3 ! e) Citez deux technique de cuisson adaptées ! (p.11)** | **12p.** |
| **a) Légumes-fruits** | **b) la Tomate** | **c) Aubergines** | **c) Courgette** |  |
| **c) Poivrons** | **c) Melon / Pastèque** | **c) Concombre** | **d) Concentré de tomate** |
| **d) Conserve de tomate** | **d) Jus/Sauce/coulis de tomates** | **e) Etuver / Griller** | **e) Cuire au four / Gratiner** |

|  |  |
| --- | --- |
| **2. Citez les 4 façons de mode de pêches/élevage des poissons ! (p.72)** | **4p.** |
| **Grande pêche en haute mer (en eaux profondes)** | **Petite pêche en haute mer et côtière** |  |
| **Pêche en lacs** | **Aquaculture (élevage de poissons), de nombreux pays ont une tradition d'élevage de poissons et de mollusques** |

|  |  |
| --- | --- |
| **3. Expliquez avec vos mots une recommandation sur la pêche durable. (p.72)** | **2p.** |
| **Il est recommandable de consommer du poisson qui a été pêché dans le respect de normes environnementales afin d’avoir des pratiques de pêche durable.** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **4. Reliez les affirmations proposées selon les différentes classifications possibles et complétez avec A = origine ; B = teneur en graisse ; C = selon la qualité ! (p.72-73) *(0.5 points/réponse)*** | **7p.** |
| (A ou B ou C) | Classification |  | Affirmations / explications |  |
| **A** | Poisson d’eau douce |  | Vivent dans les régions côtières et en haute mer |
| **C** | Poissons de consommation courante | De qualité supérieure, très demandés et plus chers |
| **B** | Poissons maigres | Les graisses, représentant plus de 10% (anguille, hareng, saumon, sardine, maquereau) |
| **B** | Poissons mi-gras | Leur réserve de graisse est inférieure à 10% (daurade, truite, carpe, rascasse, sole) |
| **B** | Poissons gras | La réserve de graisse, moins de 1% (cabillaud, aiglefin, perche, brochet, sandre) |
| **C** | Poissons nobles  | De qualité moyenne, abondants et avantageux, poisson à chair ferme avec peu d’arêtes, sauvage ou d’élevage |
| **A** | Poisson de mer | Vivent dans les rivières, fleuves, étangs et les lacs |

|  |  |
| --- | --- |
| **5. Quels sont les critères de qualité du poisson frais entier ? Mettez une croix ce qui est également applicable pour les filets de poissons ? (p.73-74)** | **8p.** |
| Partie du poisson | Critères de qualité à retenir | Critères des filets |  |
| Ecailles | **Solidement fixées** | **X** |
| Branchies / Ouïes | **Rouges clairs et non collées** |  |
| Peau | **Brillante, de couleur naturelle et vive, non abîmée, humide, mucus clair** | **X** |
| Yeux | **Bombés, clairs et brillants** |  |
| Chair | **Ferme, la pression du doigt ne doit pas rester marquée.** | **X** |
| Cavité abdominale | **Vidée proprement, inodore, le sang qui reste est rouge vif** |  |
| Intestins | **Présentent des contours bien marqués** |  |
| Odeur | **Fraîche, une odeur marquée de poisson est un signe d'un stockage trop long** | **X** |

|  |  |
| --- | --- |
| **6. Quelle méthode de conservation connaissez-vous, notez en quatre ! (p.81)** | **4p.** |
| **Surgélation** | **Fumage (froid/chaud)** | **Séchage / Salage** | **Marinade / Stérilisation** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **7. Numérotez la préparation de pommes de terre avec la découpe. (p.127)****1 = en dés ; 2 = en bâtonnets ; 3 = en tranches ; 4 = levées à la cuillère ; 5 = tournées.** | **6p.** |
| **1** | Pommes Parmentier, Maxime |  | **2** | Pommes allumette, frites |  | **4** | Pommes noisette, olivette |  |
| **5** | Pommes nature, fondante, gousse d’ail, château |  | **3** | Pommes chips, boulangère, gaufrette |  | **2** | Pommes Pont-Neuf |

|  |  |
| --- | --- |
| **8. On distingue 3 sauces à base de tomates suivantes, les quelles ? (p.118-119)** | **3p.** |
| **Sauce tomates** | **Concassée de tomates** | **Coulis de tomates** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **9. Citez 3 dérivés de la sauce tomate ! (p.118-119)** | **3p.** |
| **Sauce napolitaine** | **Sauce portugaise** | **Sauce provençale** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **10. Quelles importances/tâches ont les lipides dans notre alimentation ? (p.171-172)** | **6p.** |
| **Support des vitamines (ADEK)** | **Dispensateur d’énergie** | **Dépôt d’énergie dans les tissus** |  |
| **Dispensateur d’acides gras essentiels** | **Protection rembourrage (coups, contusion)** | **Isolation thermique** |

|  |  |
| --- | --- |
| **11. Complétez le tableau avec les mots mis à disposition. (p.171-172)****Animale – Végétale – Acides gras saturés – 50% – 25 % - Huile – Graisse**  | **9p.** |
| Classification des lipides |  |
| **Animale**  | **Végétale**  |
| **Graisse**  | **Huile**  | **Graisse**  | **Huile**  |
| Beurre / Saindoux | Poissons  | Coco  | Noisette / Olive Arachide / Colza | Tournesol / Noix Germes de blé |
| **Acides gras saturés** | Acides gras mono-insaturés | Acides gras polyinsaturés |
| Besoin en lipides : 25% | **50%** | **25%** |

|  |  |
| --- | --- |
| **12. a) Citez 3 aliments avec des graisses cachées ! b) Quelles autre substances analogues aux lipides ? c) Nommez les deux émulsions possible en cuisine ? (171-172)** | **7p.** |
| **a) croissants / chocolat / glace** | **Noix / amandes / olives**  | **Saucisse / viande grasse** |  |
| **b) lécithine E322** | **cholestérol** |
| **c) graisse dans l’eau (lait, crème)** | **l’eau dans graisse (mayonnaise, hollandaise)** |

|  |  |
| --- | --- |
| **13. Pour préparer des tomates concassées, vous devez monder, épépiner et couper 4.250 kg de tomates entières. La perte due à ces préparations est de 47.50%. Calculez combien de kg de tomates concassées obtenez-vous. (p.210)** | **2p.** |
| **4.250 / 100 x 52.50 = 2.231 kg de tomates concassées****4.250 x 52.50 / 100 = 2.231 kg de tomates concassées** |  |