












DEROULEMENT DU CONCOURS	
Date	Samedi 1^{er} mars 2025, 27^e édition
Pour qui ?	<ul style="list-style-type: none">  Elèves du canton de Vaud en cours d'apprentissage de cuisinier·ère CFC de 2^e année  L'âge sera de 25 ans maximum (toutes les personnes nées après le 01.03.2000)
Organisation	<ul style="list-style-type: none">  Nous sommes trois organisateurs : <ul style="list-style-type: none"> ✓ Aligro « Marché de gros, Chavannes-près-Renens » ✓ L'école professionnelle de Montreux (EPM) ✓ L'amicale vaudoise des Cuisiniers (AVC)
Le/la vainqueur·e sera déclaré·e Meilleur·e apprenti·e cuisinier·ère du canton de Vaud 2025	
<p> Un dossier complet en version papier avec une description précise des recettes est à rendre au :</p> <p style="text-align: center;">Secrétariat de l'Ecole Professionnelle de Montreux Cardinaux Yan, doyen de la section cuisine Concours Vaudois Av. J.-J. Rousseau 3 Case postale 1815 Clarens</p> <p style="text-align: center;"><u>METTRE VOTRE NOM ET PRENOM UNIQUEMENT A LA PAGE 5 ET PAS SUR TOUTES LES FEUILLES DU DOSSIER</u></p> <ul style="list-style-type: none">  Retour des dossiers des candidat·e·s : au plus tard le vendredi 10 janvier 2025 (ATTENTION DE BIEN COMPLETER LES PAGES 5 à 9)  Chaque personne ayant transmis son dossier recevra une réponse par courrier.  Une séance sera organisée pour les candidat·e·s sélectionné·e·s ainsi que leur coach. Une information vous parviendra en temps utile. 	
Questions diverses	<ul style="list-style-type: none">  Cardinaux Yan, président du concours, yan.cardinaux@eduvaud.ch  Stoky Martial, vice-président du concours, martial.stoky@eduvaud.ch  Boulès Jérôme, membre de l'AVC jbgastrovale@bluewin.ch  Denervaud Gabriel, membre de l'AVC gedeon@bluewin.ch

HORAIRE DU CONCOURS

Exemple pour 8 candidat·e·s






6 h 00	Accueil des candidat·e·s			
6 h 05	Visite en groupe des locaux de l'École professionnelle de Montreux (EPM) Tirage au sort de l'ordre de passage des candidat·e·s + préparation du matériel sur le poste			
6 h 45	Café et croissants / Eau à disposition pendant le travail en cuisine			
N° du candidat	Réception mets imposé avec le coach	Début en cuisine	Envoi mets libre	Envoi mets imposé
1	7 h 20	7 h 35	12 h 05 – 12 h 10	12 h 35 – 12 h 40
2	7 h 35	7 h 50	12 h 20 – 12 h 25	12 h 50 – 12 h 55
3	7 h 50	8 h 05	12 h 35 – 12 h 40	13 h 05 – 13 h 10
4	8 h 05	8 h 20	12 h 50 – 12 h 55	13 h 20 – 13 h 25
5	8 h 20	8 h 35	13 h 05 – 13 h 10	13 h 35 – 13 h 40
6	8 h 35	8 h 50	13 h 20 – 13 h 25	13 h 50 – 13 h 55
7	8 h 50	9 h 05	13 h 35 – 13 h 40	14 h 05 – 14 h 10
8	9 h 05	9 h 20	13 h 50 – 13 h 55	14 h 20 – 14 h 25
11 h 00	Accueil du jury à l'entrée de l'école			
11 h 15	Réunion du jury au 4 ^e étage (salle 404)			
11 h 45	Mise en place du jury au 5 ^e étage (salle 508)			
14 h 30	Délibération du jury au 4 ^e étage (salle 404)			
16 h 00	Proclamation des résultats avec apéritif dinatoire au 1 ^{er} étage (aula)			

THEME DU CONCOURS (CANTON DE FR)

Le/la candidat·e présente **deux** mets sur assiette






1 Mets libre (Création de recettes)

Volaille pattes noires de la Gruyère

-  L'interprétation du mets libre se fera avec :
 - ✓ Une volaille entière d'environ 1.500 – 1.700 kg, deux méthodes de cuisson humides et/ou sèches différentes
 - ✓ Une sauce chaude
 - ✓ Une garniture à base d'un féculent avec deux méthodes de cuisson différentes
 - ✓ Deux garnitures différentes à base de légumes (en garniture, pas en coulis ou en sauce), avec pour chacune une méthode de cuisson différente
-  Exécuter les recettes qui auront été préparées en amont
-  Envoi du mets après 4 h 30 de travail
-  Mets servi chaud et présenté sur assiettes pour 6 personnes
-  **Renvoyer ce dossier complet avec une description précise des recettes, selon le schéma :**
 - ✓ Ingrédients
 - ✓ Mise en place / Préparation
 - ✓ Cuisson / Dressage
 - ✓ Photo du mets (taille min. 10cmx15cm ou format A5)

2 Mets imposé (Suivi de recettes)

Potage national

-  Le jour du concours, une recette détaillée sera fournie, les marchandises seront déjà pesées et disposées sur un plateau
-  Exécuter précisément selon la recette
-  Envoi du mets après 5 h 00 de travail
-  Mets servi chaud et présenté sur assiettes pour 6 personnes
-  Le/la coach peut être présent·e le jour du concours pour conseiller son/sa candidat·e pendant les 15 premières minutes, après réception du mets imposé

**Aucune modification de la recette ne sera acceptée.
Il sera possible d'apporter sa créativité avec les produits à disposition**

REGLEMENT DU CONCOURS

- 1) Organismes :
 - ✓ Aligro « Marché de gros à Chavannes-près-Renens VD » : mise à disposition des marchandises.
 - ✓ Ecole professionnelle de Montreux (EPM) : mise à disposition des locaux dans le courant du mois de mars.
 - ✓ Amicale Vaudoise des Cuisiniers (AVC) : mise à disposition des aides financières et matériel (à demander si besoin).
- 2) Le concours s'adresse à des élèves du canton de Vaud, en cours d'apprentissage de cuisinier-ère CFC de 2^e année. L'âge d'admission du/de la candidat-e est fixé à **25 ans** (toutes les personnes nées après le 01.03.2000)
- 3) Durant le concours (durée un jour), le/la candidat-e travaille seul-e, de sorte que le/la coach n'est pas présent-e.
- 4) A l'exception du/de la gagnant-e, les candidat-e-s de l'année précédente pourront participer au concours en cas de répétition d'année.
- 5) Chaque candidat-e aura deux mets à réaliser selon le planning défini :
 - ✓ Une recette « libre » connue à l'avance pour 6 personnes et présentée sur assiette.
 - ✓ Une recette « imposée » connue le jour du concours pour 6 personnes et présentée sur assiette.
 - ✓ Pour ces deux mets, tous les composants doivent être placés dans l'assiette. Tout type de support n'est pas autorisé dans l'assiette (petite assiette, mini-bol, etc.).
- 6) Le dossier du/de la candidat-e devra être rendu au secrétariat de l'EPM avec mention "CONCOURS VAUDOIS" **LE 10 JANVIER 2025** au plus tard.
- 7) Les candidat-e-s sélectionné-e-s et les coaches seront convoqué-e-s par écrit par les organisateurs pour une séance d'information, avant la date du concours.
- 8) Chaque candidat-e apportera son petit équipement de travail (couteaux et petit matériel) et ses habits. L'équipement de cuisine général sera mis à disposition par l'EPM. Les candidat-e-s auront la possibilité de déposer leur matériel personnel le vendredi précédent le concours, au 5^e étage dans une salle prévue à cet effet.
- 9) Toutes les marchandises commandées selon le thème du concours uniquement seront mises à disposition sur un plateau individuel. Il n'y a pas de contestation possible pour la forme et la grosseur des denrées alimentaires.
- 10) Après le tirage au sort, les candidat-e-s entreront en cuisine de 15 minutes en 15 minutes et auront 5 heures à disposition pour le travail en cuisine.
- 11) Le jury sera composé de professionnel-le-s actif-ve-s de la cuisine (2/3) et d'invité-e-s (1/3). Chaque recette sera notée sur 100 points. Lorsqu'il manque un mets mentionné sur la suite de mets, il sera retiré proportionnellement un nombre de points du total final des points acquis en dégustation (ex. : 100 pts, 6 produits sur l'assiette, manque 1 produit 100/6 soit moins 17 points).
- 12) Toute tentative de tricherie sera sanctionnée par un renvoi immédiat.
- 13) Pour assurer une égalité, tout retard de plus de 5 minutes dans l'horaire de service des mets sera sanctionné par 30 points en moins par le jury dégustation. Après 10 minutes de retard, le mets sera envoyé en dernier.
- 14) Le/la candidat-e sera évalué-e sur les méthodes de cuisson utilisées, l'utilisation rationnelle des marchandises, de l'énergie et du matériel, ainsi que l'hygiène en cuisine. Pour cela, le jury de cuisine disposera de 100 points par candidat-e.
- 15) Pour éviter toute note excessive, la note la plus haute et la note la plus basse seront supprimées avant l'addition des points.
- 16) La participation au concours implique l'adhésion inconditionnelle au présent règlement et les décisions du jury relatives au présent concours seront sans appel et légalement valables.
- 17) Tous les candidat-e-s ayant envoyé leur mets devront rendre leur poste de travail parfaitement propre. Ils seront priés de retourner en salle 503, ceci sans gêner les autres candidat-e-s qui travaillent. Ils ne quitteront en aucun cas les lieux du concours.
- 18) Le comité d'organisation et l'EPM ne sont pas responsables des accidents éventuels.
- 19) Attribution des prix : le/la vainqueur-e se verra remettre le titre de **MEILLEUR-E APPRENTI-E CUISINIER-ÈRE CONCOURS VAUDOIS 2025** et participera au concours des « Jeunes talents Escoffier ». Les candidat-e-s reçoivent un certificat de participation et un prix.

Clarens, novembre 2024

INSCRIPTION AU CONCOURS VAUDOIS 2025

	Appellations culinaires précises	Méthodes de cuisson
Mets de volaille		1.
		2.
Sauce chaude		
Garniture à base de féculent		1.
		2.
Garniture de légume 1		
Garniture de légume 2		
Nom et prénom		Nom de l'établissement d'apprentissage
Date de naissance		Adresse professionnelle, rue, NPA et lieu
Classe		N° de téléphone professionnel
Adresse privée, rue, NPA et lieu		Nom et prénom du maître d'apprentissage
N° de portable ou téléphone privé		Nom et prénom du coach
Adresse e-mail privée		Adresse e-mail du coach
Taille de la veste de cuisine (ex : 58)		Signature du candidat·e

METS LIBRE MARCHANDISES A DISPOSITION

Liste unique des ingrédients à choisir pour la réalisation de votre mets libre, garnitures comprises.

Les aliments non commandés ne seront pas disponibles le jour du concours !

Indiquez les quantités désirées seulement dans cette liste

Ingrédients par catégorie	Denrées alimentaires	Quantités		Ingrédients par catégorie	Denrées alimentaires	Quantités	
Volailles	Volaille pattes noires de la gruyère 1.500-1.700 kg	1	pc	Légumes <i>Tubercules-racines</i>	Betterave chioggia		gr
	Suprême de volaille pâtes noires		gr		Carotte jaune		gr
	Foie de volaille		gr		Carotte orange		gr
Produits carnés	Lard fumé		gr		Céleri-pomme		gr
Fromages	Gruyère fribourgeois		gr		Panais		gr
	Vacherin fribourgeois		gr		Radis bière		gr
Champignons	De Paris blanc		gr		Topinambour		gr
	Morilles séchées		gr		Salsifi		gr
Pommes de terre	Type A		gr	Légumes <i>Choux (brassicées)</i>	Chou chinois		gr
	Type C		gr		Chou frisé		gr
Céréales	Riz Carolina		gr	Légumes <i>Du type épinard</i>	Epinard		gr
	Riz pour risotto		gr	Légumes <i>Fleurs et à inflorescences</i>	Artichaut (gros)		pc
	Riz vénéré		gr		Brocoli		gr
	Semoule de blé		gr	Légumes <i>Feuilles (salades)</i>	Endives		gr
	Semoule de maïs moyenne		gr		Laitue romaine		gr

Ingrédients par catégorie	Denrées alimentaires	Quantités		Ingrédients par catégorie	Denrées alimentaires	Quantités	
Légumineuses et pousses	Lentille verte non trempée		gr	Légumes <i>Bulbes</i>	Ail		gr
Fruits et produits à base de fruits	Abricot sec		gr		Echalote		gr
	Citron jaune		pc		Oignon blanc		gr
	Citron vert		pc		Oignon grelot		gr
	Figue sèche		gr		Oignon rouge		gr
	Olive noire		gr		Poireau entier		gr
	Pignon de pin		gr	Légumes <i>Tiges</i>	Céleri-branche		gr
	Pruneau sec		gr		Fenouil		gr
	Raisin sec sultan		gr	Légumineuses potagères	Petit pois congelé		gr
Pâtes	Brick		gr	Légumes <i>Fruits</i>	Butternut		gr
	Feuilletée industrielle		gr		Tomate grappe		pc

METS LIBRE ECONOMAT A DISPOSITION

Cochez les ingrédients désirés
Les aliments non commandés ne seront pas disponibles le jour du concours !

Ceux-ci sont à disposition pour réaliser les recettes, mais ils ne rentrent pas dans la composition d'un mets comme élément principal

Ingrédients par catégories	Croix	Denrées alimentaires	Ingrédients par catégories	Croix	Denrées alimentaires
Laits / Produits laitiers	X	Beurre de cuisine	Epices		Baie rose
	X	Crème 35 %			Muscade moulue
	X	Lait entier			Paprika moulu
Produits à base d'œufs	X	Œuf entier frais		X	Poivre blanc moulu
Produits céréaliers		Farine fleur			Poivre noir en grains
		Maïzena			Poivre vert en saumure
Edulcorants / Miels / Sucres		Sucre cristallisé	Mélanges d'épices		Curry
Huiles		Huile d'arachide			Tandoori masala
		Huile de colza	Fonds		Fond blanc de volaille Nestlé CHEF
		Huile de sésame			Fond brun de volaille Nestlé CHEF
		Huile d'olive			Fond de légumes Nestlé CHEF
Vinaigres		Vinaigre balsamique blanc	Sels / Condiments		Concentré de tomates
		Vinaigre de cidre			Fleur de sel
		Vinaigre d'estragon			Moutarde en grains
		Vinaigre de vin rouge			Moutarde mi-forte
		Vinaigre de Xérès		X	Sel de cuisine

Ingrédients par catégories	Croix	Denrées alimentaires	Ingrédients par catégories	Croix	Denrées alimentaires
Herbes (fraîches)		Aneth	Jus de fruits / Produits alcoolisés		Cognac
		Basilic			Cidre
		Cerfeuil			Madère
		Ciboulette			Porto
		Citronnelle			Vin blanc
		Coriandre			Vin rouge
		Estragon	Produits convenience		Chapelure blanche
		Laurier			Pain toast
		Livèche			
		Persil frisé			
		Persil plat			
		Romarin			
		Thym			

VAISSELLE A DISPOSITION

Cochez la vaisselle désirée

Vaisselle pour le mets libre (6 personnes)

Une saucière sera à disposition

Croix	Vaisselle à disposition	Croix	Vaisselle à disposition	Croix	Vaisselle à disposition
	29 cm ext. / 21 cm int. 		25.5 cm ext. / 20 cm int. 		23-24 cm ext. / 16 cm int. 

Vaisselle pour le mets imposé (6 personnes)

L'assiette sera imposée le jour du concours

EXEMPLE DE FICHE DE RECETTE

Fiche de recette / Planification			
Mets			
Thème		Référence	
Méthodes de cuisson		Ingrédients pour	
Quant.	Ingrédients	Préparation / Cuisson / Finition	
Présentation / Suggestions			
BPF / HACCP			