

3. PROGRAMME D'AIDE MATERNELLE 2016

ALIMENTATION : MISE EN VALEUR DES ALIMENTS ET CONSERVES

ENSEIGNANTS : M. David Isoz, Mmes Isabelle Ghiste, Diana Klinkenbergh, Sandrine Le Coq, et Frédérique Chapelle Strittmatter.

LIEU : Arcade ESPRIT DE FAMILLE, La Place 2, 1274 Grens/VD

CONSERVATION ALIMENTAIRE ET SANTÉ NUTRITIONNELLE FAMILIALE

Ce module comprend des phases de théorie, de fabrication et d'utilisation des produits élaborés.

7 septembre 1. CONSERVATION À FROID : SÉCHAGE, SELS, HUILES (SLC)

- Fruits, légumes : entiers, coupés, moulus, chips d'apéro.

10 septembre 2. PRODUITS LAITIERS ET FROMAGERIE « Fabrication d'alpage » (DI)

- Beurre, séré, tomme, vacherin, fromage l'Étivaz.

=> SORTIE DE CLASSE (Cours donné à l'alpage de la Sciaz 30, 1660 La Lécherette)

14 septembre 3. ALIMENTS, CONTENANTS ALIMENTAIRES ET USTENSILES DE CUISINE HomeSafeHome - WECF (IG/DK)

- Parcours de l'aliment depuis sa production jusqu'à l'assiette : conditionnement, emballage, stockage, modes de cuisson.
- Problématique des perturbateurs endocriniens et des additifs alimentaires.

21 septembre	4. THÉORIE SUR LES DIFFÉRENTS MODES DE CONSERVATION (SLC et FCS)
	<ul style="list-style-type: none"> • Séchage, à froid, à chaud, stérilisation. • Au naturel, au sel, au vinaigre, au sucre, à l'huile.
28 septembre	5. FERMENTATIONS I (FCS)
	<ul style="list-style-type: none"> • Fermentations alcoolique, acétique et lactique
5 octobre	6. FERMENTATIONS II (FCS)
	<ul style="list-style-type: none"> • Fermentations alcoolique, acétique et lactique
12 octobre	7. FERMENTATIONS III (FCS)
	<ul style="list-style-type: none"> • Pain et pâtes levées • Culture du levain.
2 novembre	8. PÂTISSERIES (SLC)
	<ul style="list-style-type: none"> • Pâtes brisées, sablées et feuilletées. • Fabrication, cuisson et congélation.
9 novembre	9. MOUSSES ET TERRINES (SLC)
	<ul style="list-style-type: none"> • Fabrication et cuisson
16 novembre	10. CONSERVES AU VINAIGRE ET AU SEL, CHOUCROUTE (FCS)
23 novembre	11. CONSERVATION AU SUCRE (SLC)
	<ul style="list-style-type: none"> • Fruits : entiers, coupés, en purée, en coulis, en sorbet. • Fruits et fleurs : jus/extrait, sirop, gelée, marmelade, confiture, confit.

- 30 novembre 12. CONSERVATION PAR STÉRILISATION (SLC)
- Au naturel, mets cuisinés
 - Stérilisation des ustensiles
- 7 décembre 13. CONSERVES À L'AIGRE-DOUX (FCS)
- Chutneys.
 - Échanges et questions
- 14 décembre 14. COMPOSITION ET RÉALISATION D'UN MENU COMPLET
(SLC/ FCS)
- Repas de fête avec les produits élaborés pendant les cours et à partir d'un panier (livré à domicile).
 - De l'apéritif au dessert.

=> REPAS DE CLÔTURE EN COMMUN.

MODULE : Groupe de 6-8 femmes enceintes, allaitantes avec bébés ou futures Aides-Maternelles.

PÉRIODE : 14 cours du 7 septembre au 14 décembre 2016 y compris la sortie de classe dans le Pays d'en Haut le samedi 10 septembre de 07:15 à 16:00 chez M. D. Isoz,

HORAIRES : le MERCREDI APRÈS-MIDI de 13h15 à 16h30

DATES :	7 – SA 10 – 14 – 21 – 28	SEPTEMBRE
	5 – 12	OCTOBRE
	2 – 9 – 16 – 23 – 30	NOVEMBRE
	7 – 14	DÉCEMBRE

TOTAL : TOTAL : 62 périodes (de 45')

MATÉRIEL : Chaque participante peut apporter ses propres bocaux et bouteilles pour la préparation des conserves pour autant qu'ils correspondent au volume demandé ou utiliser ceux mis à disposition.