

SESSION 2020

---

**CAPET  
CONCOURS EXTERNE  
ET CAFEP**

**Section : HÔTELLERIE – RESTAURATION**

**Option : SCIENCES ET TECHNOLOGIES CULINAIRES**

**COMPOSITION DE SCIENCES ET TECHNOLOGIES  
DE L'HÔTELLERIE ET DE LA RESTAURATION**

Durée : 5 heures

---

*Calculatrice électronique de poche - y compris calculatrice programmable, alphanumérique ou à écran graphique – à fonctionnement autonome, non imprimante, autorisée conformément à la circulaire n° 99-186 du 16 novembre 1999.*

*L'usage de tout ouvrage de référence, de tout dictionnaire et de tout autre matériel électronique est rigoureusement interdit.*

*Si vous repérez ce qui vous semble être une erreur d'énoncé, vous devez le signaler très lisiblement sur votre copie, en proposer la correction et poursuivre l'épreuve en conséquence. De même, si cela vous conduit à formuler une ou plusieurs hypothèses, vous devez la (ou les) mentionner explicitement.*

**NB : Conformément au principe d'anonymat, votre copie ne doit comporter aucun signe distinctif, tel que nom, signature, origine, etc. Si le travail qui vous est demandé consiste notamment en la rédaction d'un projet ou d'une note, vous devrez impérativement vous abstenir de la signer ou de l'identifier.**

## INFORMATION AUX CANDIDATS

Vous trouverez ci-après les codes nécessaires vous permettant de compléter les rubriques figurant en en-tête de votre copie.

Ces codes doivent être reportés sur chacune des copies que vous remettrez.

► **Concours externe du CAPET de l'enseignement public :**

Concours	Section/option	Epreuve	Matière
EDE	8510E	101	3878

► **Concours externe du CAPET de l'enseignement privé :**

Concours	Section/option	Epreuve	Matière
EDF	8510E	101	3878





## RESTAURANT « POËLE DE CAROTTE »

Le sujet comporte 12 pages. Dès que celui-ci vous est remis, assurez-vous qu'il est complet. L'énoncé est composé de quatre dossiers indépendants qu'il est préférable de traiter dans l'ordre indiqué et de quatre documents sur lesquels vous prendrez appui.

SOMMAIRE		page
CONTEXTE PROFESSIONNEL		2
Dossier 1	Concept de restauration	3
Dossier 2	Offre commerciale	3
Dossier 3	Optimisation de l'outil de production	3
Dossier 4	Responsabilité sociale et environnementale de l'entreprise	4

DOSSIER DOCUMENTAIRE		page
Annexe 1	Profil de poste	5
Annexe 2	Cahier des charges de l'établissement	6
Annexe 3	Végétarisme et véganisme	7
Annexe 4	ONA, gastronomie bio et végan par Claire Vallée	8-9
Annexe 5	Too good to go	10
Annexe 6	Le variocooking center multificiency	11
Annexe 7	Pommes de terre sans glycoalcaloïdes ?	12

## CONTEXTE PROFESSIONNEL

La ville de Bordeaux compte un grand nombre d'établissements de restauration proposant des prestations respectueuses de l'environnement. Localement, les études de marché présentent un environnement favorable à l'implantation d'une restauration haut de gamme autour du végétal. Cette tendance de consommation se retrouve sur le plan national et bouscule les pratiques professionnelles des restaurateurs.

Des investisseurs bordelais souhaitent concrétiser un projet de restauration dans le quartier Saint Michel à proximité du marché des Capucins. Ce choix est motivé par l'opportunité d'un approvisionnement proche auprès des producteurs locaux permettant ainsi d'offrir une cuisine de marché. Cette implantation permettra de créer un établissement « bistronomique » végétarien. A la recherche d'un(e) chef(f) dotée d'une expérience en restauration traditionnelle semi-gastronomique, les propriétaires de cet établissement vous recrutent en septembre sur la base d'un profil de poste établi (voir dossier documentaire). Votre mission principale sera de concevoir et de mettre en œuvre une formule de restauration bistronomique végétarienne.

## **DOSSIER 1 – CONCEPT DE RESTAURATION**

Les études de marché font apparaître une tendance forte pour le « végétarisme », le « flexitarisme », le « véganisme », le « manger cru », etc. Ces mouvements influencent fortement les restaurateurs qui doivent, dès lors, faire évoluer leurs pratiques professionnelles pour proposer des réponses adaptées.

- 1.1 Définir le futur concept de restauration de votre établissement et justifier ce choix.
- 1.2 Préciser les caractéristiques du système de restauration choisi.
- 1.3 Expliquer en quoi la mise en œuvre de la cuisine végétarienne influence vos pratiques professionnelles.

## **DOSSIER 2 – OFFRE COMMERCIALE**

La prestation sera proposée sous la forme d'un menu-carte à consommer sur place ou à emporter.

- 2.1 Expliquer l'intérêt du support menu-carte pour le restaurateur comme pour le client.
- 2.2 Proposer votre carte d'ouverture, composée de trois entrées, trois plats, trois desserts. Justifier vos choix.
- 2.3 Présenter un descriptif technique d'une entrée, d'un plat et d'un dessert.
- 2.4 Proposer les adaptations techniques et les contenants nécessaires pour la vente à emporter des 3 plats présentés.

## **DOSSIER 3 – OPTIMISATION DE L'OUTIL DE PRODUCTION**

La cuisine sera implantée dans un espace réduit qui nécessite un agencement optimisé.

- 3.1 Préciser les règles d'implantation pour réduire cette contrainte.
- 3.2 Construire une analyse fonctionnelle de votre menu-carte justifiant le choix de vos équipements.

Un équipementier vous propose d'acquérir une double sauteuse basculante.

- 3.3 Evaluer la pertinence de ce choix d'équipement pour votre établissement.

## **DOSSIER 4 – RESPONSABILITE SOCIALE ET ENVIRONNEMENTALE DE L'ENTREPRISE**

Vous êtes sensible aux discours actuels sur la politique sociale et environnementale comme levier d'amélioration du bien-être des salariés au travail et à terme, d'accroissement de la performance économique.

- 4.1 Décliner les solutions permettant de réduire l'empreinte écologique de la production culinaire de l'entreprise, d'éviter le gaspillage et de tendre vers le « zéro déchet ».
- 4.2 Identifier les avantages et limites de la valorisation des parures.
- 4.3 Proposer des pistes de réflexion permettant d'améliorer le bien-être des salariés en cuisine.



**Chef de production  
Restaurant « Poêle de carotte »  
33000 BORDEAUX**

**Votre challenge :**

- *Mettre au point un concept végétarien au cœur de Bordeaux répondant aux attentes de la clientèle potentielle.*
- *Réaliser des prestations de qualité, esthétiques, avec des techniques maîtrisées.*
- *Mettre en place et gérer le plan de maîtrise sanitaire.*
- *Animer un réseau de vente additionnelle en ligne.*

**Compétences attendues :**

- *Participer à une politique commerciale dynamique.*
- *Optimiser l'outil de production.*
- *Maîtriser les coûts directs de l'unité de production.*
- *Conseiller le choix des équipements.*
- *Manager une équipe de production.*
- *Appliquer une démarche environnementale.*
- *Maîtriser l'outil informatique.*
- *Pratiquer une veille informationnelle sur les différents concepts de restauration, leurs contraintes et leurs enjeux.*

**Profil recherché :**

- *Vous êtes issu(e) d'une formation des métiers de l'hôtellerie restauration (BTS MHR Management d'unité de production culinaire).*
- *Vous avez une expérience minimum de 5 ans de pratique en restauration traditionnelle, collective ou thématique.*

**Qualités attendues :**

- *Professionalisme, aisance relationnelle, autonomie, esprit d'initiative et créativité.*

## ANNEXE 2 : CAHIER DES CHARGES DE L'ÉTABLISSEMENT

### FONCTIONNEMENT PRÉVISIONNEL DE L'ENTREPRISE

Descripteurs de l'activité	Détails
Nombre de couverts par service	40
Nombre de places assises	À déterminer
Nombre de jours d'ouverture	5 jours / 7 jours
Distribution	Vente sur place et vente à emporter
Niveau technique	Fabrication à l'aide de techniques maîtrisées sur des produits en générant une forte valeur ajoutée
Objectifs de Labellisation	Label « Fait maison » Label « Restaurant engagé anti-gaspi »
Concept attendu	Bistronomie végétarienne
Politique d'achat	À déterminer
Politique d'embauche	Embauche de 50 % à temps plein et 50 % à temps partiel
Surface d'exploitation	Salle de restaurant : 36 m <sup>2</sup> Bar : 4 m <sup>2</sup> Cuisines : 12 m <sup>2</sup> Espaces de stockage en sous-sol : 10 m <sup>2</sup>
Ticket moyen prévisionnel / hors boissons / hors taxes	25 €

### ÉLÉMENTS DE GESTION

Ratios à respecter	
Coût matières	25 %
Personnel	35 %
Frais généraux	15 %

## ANNEXE 3 : VÉGÉTARISME ET VÉGANISME

### Végétarisme et véganisme : deux tendances qui pèsent de plus en plus en restauration

Dans son étude intitulée « Le marché de l'alimentation végétarienne et végane à l'horizon 2021 », le cabinet d'études Xerfi pointe le levier de croissance constitué par le végétarisme et le véganisme, deux tendances fortes de consommation. Une opportunité pour les restaurateurs souhaitant développer leur chiffre d'affaires.

Le marché de l'alimentation végane et végétarienne a enregistré un chiffre d'affaires en hausse de 24% l'année passée dans les super et hypermarchés pour culminer à 380 millions d'euros. Une croissance qui ne devrait pas s'arrêter puisque les experts prévoient une augmentation de 17% de ce marché entre 2019 et 2021.

Véganisme, végétarisme...pour ceux qui s'y perdent un peu, voici les définitions des différents courants de consommation :

- Le végétarisme exclut la consommation de chair animale.
- Le véganisme consiste à ne consommer aucun produit issu des animaux ou de leur exploitation tout comme le végétarisme exclut la consommation de produits animaux aussi bien issus d'animaux morts que d'animaux vivants.
- Le flexitarisme permet la consommation de viande mais en quantité moindre et de meilleure qualité au profit des produits végétaux. Il s'agit donc d'être flexible dans sa pratique végétarienne.

Le flexitarisme constitue une belle opportunité pour les restaurateurs de rebondir sur ces nouvelles manières de consommer des Français. En effet, les végétariens et végétariens ne représentent respectivement que 2% et 0,3 % de la population, soit 1,3 million et 340 000 personnes, quand les flexitariens représentent plus du tiers de la population française, soit près de 23 millions de personnes.

Source : [www.observatoiredefracanchise.fr](http://www.observatoiredefracanchise.fr), 21 janvier 2019

## **Origine Non Animale**

Après des études d'archéologie, Claire s'est naturellement orientée vers la restauration. Une passion qu'elle a depuis toujours et qui l'a amenée à voyager pour explorer la cuisine ailleurs et autrement.

C'est en Suisse puis en Thaïlande que Claire a fait ses premières armes et a forgé son parcours de Chef. De retour en France, elle trouve une place dans un restaurant classique à Arès. Mais alors qu'elle était déjà vegan, la restauration traditionnelle ne lui convenait plus. Claire est donc partie pour créer son propre restaurant qu'elle appellera ONA, pour Origine Non Animale.

## **Une cuisine gastronomique « vegan fusion »**

Chez ONA, Claire propose une cuisine végétale gastronomique et fusion, avec un plat du jour unique midi et soir qui change tous les jours, et une formule gastronomique le soir qui change tous les mois.

Claire a fait de ONA un environnement naturel. Au-dessus du restaurant, la terrasse porte un herbier de 150 références de plantes et la décoration de l'établissement met en avant les matériaux nobles de la nature.

Côté desserts, Claire propose de la pâtisserie classique et déstructurée. Au menu, on pourra trouver de la tarte au citron, du cheesecake, ou de la glace à l'estragon.

Côté vins, Claire fait appel à un caviste de la région qui travaille avec des petits producteurs. Une quarantaine de références sont ainsi répertoriées et proposées au restaurant.

## **Un travail d'artiste**

En cuisine, Claire aime travailler les textures, le visuel, les couleurs. Elle joue sur les différents styles de cuisson pour créer une harmonie de goûts. L'agencement de l'assiette, quant à lui, permet de rendre l'ensemble luxueux.

Son ingrédient préféré est le lait de coco, pour son côté crémeux. Elle travaille les légumes bien sûr, les rares surtout, mais aussi les herbes et les plantes. Le travail en trompe l'oeil, que Claire aime particulièrement, apporte un visuel et un goût étonnant. L'objectif est de faire des rappels de ce que les gens connaissent tout en cassant les repères, pour les amener peu à peu à voir et goûter les plats différemment.

## **Un avenir étoilé**

Pour son projet, Claire a reçu de nombreux soutiens et encouragements. Mais c'est grâce aux grands guides que ONA a pris un vrai tournant.

Lorsque Gault & Millau est allé découvrir le restaurant, c'est une première récompense qui lui a été attribuée avec une première notation de 11/20 (1 toque) et une deuxième notation le mois suivant de 13/20 (2 toques). Six mois après son ouverture, ONA était déjà récompensée.

Un an plus tard, le guide Michelin lui attribue 1 assiette et 1 fourchette, portant ainsi la cuisine de ONA vers la haute gastronomie.

## Inspiration grands Chefs

Les grands Chefs dont Claire s'inspire sont Alain Passard (Arpège) pour la cuisine légumière, Marc Veyrat (Rural) pour les herbes, et René Redzepi (Noma) pour la démarche locale et la nouvelle cuisine.

De ces grands Chefs, elle aimerait apprendre de nouvelles techniques de travail, et tout ce qui touche à l'innovation culinaire.

Claire se demande quelles sont les barrières qui empêchent aujourd'hui les grands Chefs d'aller franchement vers la cuisine végétale, quitte à créer un autre restaurant, histoire de montrer toutes leurs compétences.

L'ouverture de ONA a créé un effet boule de neige. Depuis, de nouvelles initiatives prennent forme, des boutiques bio se sont ouvertes, et la région se révèle dans ce secteur en pleine expansion. Parce que parfois, il suffit d'un projet fort, porté par des personnes convaincues, pour apporter une dynamique collective.

Avec ONA, Claire veut promouvoir une démarche tournée vers l'alimentation de demain, en cohérence avec ce que la nature nous donne. Une démarche résolument moderne et innovante. Certainement un exemple à suivre.

ONA est un restaurant d'un genre nouveau qui fait aujourd'hui la fierté de la région et aussi récent soit-il, ONA n'a jamais été aussi proche des étoiles. Un défi à la hauteur des grands Chefs, que Claire n'a pas peur de relever.

Restaurant ONA : 3 bis rue Sophie et Paul Wallerstein - 33740 Arès (Bassin d'Arcachon)

*Source : [www.grainesdepapilles.com](http://www.grainesdepapilles.com)*

### Comment réduire le gaspillage de son restaurant



Tous les restaurateurs font face à des invendus, ce qui représente une perte d'argent mais aussi génère du gaspillage. En juin 2016, Lucie Basch lance une nouvelle application « Too Good To Go ». Sa promesse : Eviter le gaspillage des restaurants.

Le principe est simple, les utilisateurs téléchargent l'application et accèdent à une liste de restaurants proposant des menus anti gaspillage près de chez eux.

#### **1. Les avantages pour les utilisateurs**

Les utilisateurs auront la possibilité de choisir un petit déjeuner, un repas ou des produits parmi une liste de restaurants ou de magasins près de chez eux. Le principe de Too good To go est identique aux autres applications de ventes à emporter mais l'avantage est le prix. Comme les produits sont des invendus leur coût est beaucoup plus bas.

Le deuxième avantage est qu'ils participeront à un acte écologique : les consommateurs actuels sont de plus en plus sensibles aux problèmes environnementaux et participer à des actions telles que celles-ci tout en y étant gagnants ne peut que les attirer.

#### **2. Les avantages pour les restaurants**

L'avantage premier du concept de Too good To go est de diminuer le gaspillage et la perte d'argent. Au lieu de jeter vos produits vous pouvez désormais les vendre. Le principe est le même que les soldes pour les magasins.

L'autre avantage est que vous pouvez gagner en visibilité car vous serez visible par un nombre important d'utilisateurs et vous aurez moins de concurrence que sur les autres sites de livraison. En ce qui concerne la gestion des ventes à emporter, contrairement aux ventes habituelles, vous n'avez pas besoin de fournir les couverts et les sacs (uniquement les boîtes pour les plats). En effet, le client doit venir avec son propre sac pour transporter les plats et utiliser ses couverts. Cela permet d'éviter le gaspillage de plastique.

En matière de Branding, c'est également un atout pour votre restaurant car l'image d'une entreprise est très importante pour les consommateurs. Diffuser l'image d'un restaurant engagé dans l'écologie et les questions environnementales ne pourra vous être que bénéfique.

Too good to go est un concept novateur, avec une réelle démarche environnementale. Les utilisateurs et les restaurants font des économies et évitent le gaspillage. Alors, quand allez-vous vous inscrire ?

*Source : [www.optimalib.fr](http://www.optimalib.fr)*

## ANNEXE 6 - LE VARIOCOOKING CENTER MULTIFICIENCY

Frima a rassemblé dans cet équipement un concentré de technologie pour en faire un appareil multifonction qui offre à la fois les services d'une sauteuse, d'une braisière, option pression ou non et qui permet de pocher, sauter, frire 3 fois plus vite avec 40 % d'économie d'énergie. Ce produit s'adresse aux restaurateurs de 30 à 300 couverts et offre ergonomie, rapidité, robustesse et poly cuissons. Le *VarioCooking Center Multificiency* est aussi apprécié par de nombreux chefs étoilés.

### Une "cuisine centrale" dans un espace réduit

Naturellement le modèle présenté, le 112 (2 cuves de 16 litres) *VarioCooking Center Multificiency*, ne remplace pas tout l'équipement actuel de la cuisine, mais permet de créer une "cuisine centrale" dans un espace réduit. Pour Frima, ce regroupement permet d'économiser 2 heures par rapport à une mise en place classique, ainsi que des économies financières grâce à des modes de cuissons maîtrisés en énergie.

Cet équipement favorise une nouvelle structuration du travail du cuisinier plus efficiente au travers :

- Des préparations différées, le chef organisera une cuisson lente en dehors des heures de service et même la nuit avec des températures programmées via un écran tactile au degré et à la seconde près. Tous les produits frais peuvent ainsi être cuisinés à l'avance, réservés puis remis en température à la demande. Avec alimentation en eau chaude et eau froide et un mode relevage automatique, la cuisson des pâtes est un régal.
- De l'assistance durant le service, le *VarioCooking Center* restera à disposition pendant tout le service, que ce dernier soit à la carte ou en plat du jour. Compagnon idéal du four mixte, il centralise l'activité, d'où moins de déplacement et de dispersion. La technologie de chauffe *VarioBoost* permettant une montée en température ultra rapide, 200°C en 90 secondes, les viandes saisies restent moelleuses et conservent leur aspect. Le plan de cuisson peut accueillir dans le même temps viandes et poissons sans dommage.
- D'un moindre stress au travail avec notamment beaucoup moins de chaleur en cuisine et moins de surveillance, l'appareil vous prévient lorsque son travail est terminé.
- Une grande facilité de nettoyage et un refroidissement rapide, avec une nouvelle conception de la cuve emboutie *Frima Therm* supportant des milliers de chocs thermiques, permettront de gagner un temps précieux en fin de journée.



Source : [Ihotellerie-restauration.fr](http://Ihotellerie-restauration.fr)

## ANNEXE 7 - POMMES DE TERRE SANS GLYCOALCALOÏDES ?

Alors que la bataille fait rage autour des plantes génétiquement modifiées, avec des actions illégales (terroristes, même, selon la définition du dictionnaire) qui nuisent à l'ensemble de la collectivité, je me mets à rêver positivement, en observant le monde.

Le monde ?

Je vois nos concitoyens manger des pommes de terre bio... avec la peau. Ici, j'aurais volontiers mis un point d'exclamation, mais je ne suis pas certain que l'on m'aurait compris.

Alors j'explique : le bio est censé éviter l'emploi de composés de traitement des plantes, et conduire à des ingrédients culinaires plus « sains ».

Toutefois les pommes de terre contiennent naturellement des *glycoalcaloïdes toxiques*, dans les trois premiers millimètres sous la surface. Et ces alcaloïdes sont résistants aux cuissons, même aux fritures. Autrement dit, des pommes de terre avec la peau, c'est vraiment contradictoire, voire incohérent !

Bref, passons en observant toutefois que nos choix alimentaires sont souvent étranges, parfois par ignorance, parfois par idéologie. Mais le fait est qu'ils sont pour le moins étranges. Cela dit, on peut s'interroger : pourquoi certains laissent-ils la peau des pommes de terre ?

Parce qu'ils ont « a flemme » de peler les tubercules ? Parce qu'on leur a dit (qui ? en se fondant sur quelles données ?) que la peau des végétaux était pleine de bonnes choses (la preuve que non, avec les pommes de terre) ? Parce que la peau a effectivement un petit goût qui plait à certains ? Parce que...

Qu'importe : je n'ai pas à juger, mais c'est vrai que, moi qui ne suis pas paresseux, je trouve fastidieux de peler les pommes de terre, et j'aimerais des pommes de terre que l'on puisse éviter de peler.

Et si des amis biologistes me faisaient des pommes de terre sans glycoalcaloïdes ?

La sélection classique n'a pas réussi ce tour de force, mais pourquoi la génétique moderne, la génétique moléculaire, celle des plantes génétiquement modifiées, n'y parviendrait-elle pas ? Ce serait merveilleux, n'est-ce pas ?

Source : [lyon-saveurs.fr](http://lyon-saveurs.fr)