



SERVICES CULTURE ÉDITIONS
RESSOURCES POUR
L'ÉDUCATION NATIONALE

**Ce document a été numérisé par le CRDP de Bordeaux pour la
Base Nationale des Sujets d'Examens de l'enseignement professionnel**

Campagne 2009

Ce fichier numérique ne peut être reproduit, représenté, adapté ou traduit sans autorisation.

BTS ÉCONOMIE SOCIALE FAMILIALE

ÉPREUVE PRATIQUE : TECHNIQUES D'ALIMENTATION

SESSION 2009

—————
Durée : 3 h 30
Coefficient : 5
—————

Matériel autorisé :

Toutes les calculatrices de poche, y compris les calculatrices programmables, alphanumériques ou à écran graphique à condition que leur fonctionnement soit autonome et qu'il ne soit pas fait usage d'imprimante, conformément à la circulaire N°99-186 du 16/11/1999.

Documents à rendre avec la copie :

Annexe 2

Dès que le sujet vous est remis, assurez-vous qu'il est complet.

Le sujet comporte 9 pages, numérotées de 1/9 à 9/9

BTS ECONOMIE SOCIALE FAMILIALE		Session 2009
Épreuve pratique : techniques d'alimentation	Code : ESEPRA/AL14	Page : 1/9

Technicien Supérieur en Economie Sociale Familiale dans un Centre Social.

Technicien(ne) supérieur(e) en Economie Sociale Familiale, vous travaillez dans un centre social accueillant majoritairement des femmes d'Afrique de l'Ouest qui parlent et qui lisent le français. Vous souhaitez leur faire **cuisiner les légumes de France** en vous inspirant des plats traditionnels de leur pays. Vous animez des ateliers de techniques culinaires autour des **savoir-faire de ces femmes**, vous utilisez des produits locaux.

1-ELABORATION DE DOCUMENTS.

Une femme vous apporte une recette traditionnelle d'Afrique de l'Ouest (Annexe 1) que vous souhaitez adapter à partir des denrées disponibles.

1-1 Précisez la technique culinaire de la cuisson du poulet pour réaliser le Maffé.

1-2 Présentez les autres modes de cuisson du poulet et proposez des applications.

1-3 Rédigez la fiche technique (Annexe 2) d'une recette adaptée qui servira à sa réalisation au cours de l'atelier.

1-4 Calculez le montant des achats des denrées permettant de réaliser la recette adaptée pour un groupe de six femmes.

2- REALISATION DES PREPARATIONS CULINAIRES

Vous réalisez avec ces femmes un plat complet :

- préparation à base de poulet et de légumes frais (selon la recette adaptée)
- accompagnée d'une céréale

2-1 Rédigez la liste quantitative des denrées.

2-2 Réalisez, pour deux personnes, ces préparations.

3- EVALUATION ORGANOLEPTIQUE

En fin de séance, vous évaluez oralement devant le jury les qualités organoleptiques de votre plat complet et vous proposez les éventuelles solutions correctives.

BTS ECONOMIE SOCIALE FAMILIALE		Session 2009
Épreuve pratique : techniques d'alimentation	Code : ESEPPRA/ALI4	Page : 2/9

Liste des denrées disponibles.

Basilic surgelé
Beurre
Bouillon en cubes
Cuisses de poulet
Carottes
Concentré de tomates
Courgettes
Farine
Herbes de Provence
Huile d'Olive
Huile de tournesol
Laurier
Moutarde
Muscade
Oignons
Piments en poudre
Poivre
Riz long
Semoule à couscous
Thym
Tomates

LISTE QUANTITATIVE DES DENRÉES DEMANDÉES

(Un exemplaire de cette liste est à remettre au jury au plus tard 45 min après le début de l'épreuve)

Ce document doit permettre au jury d'évaluer les quantités d'ingrédients nécessaires aux différentes réalisations composant chaque préparation.

Pour les préparations choisies, préciser :

- le nom de la préparation
- le nombre de personnes pour chacune d'elles.

Lieu ou rayon d'achat	Dénomination des produits	Nom de la préparation culinaire	Nom de la préparation culinaire
		Quantité en kg ou L, ou pièce	Quantité en kg ou L, ou pièce

LISTE QUANTITATIVE DES DENRÉES DEMANDÉES

(Un exemplaire de cette liste est à remettre au jury au plus tard 45 min après le début de l'épreuve)

Ce document doit permettre au jury d'évaluer les quantités d'ingrédients nécessaires aux différentes réalisations composant chaque préparation.

Pour les préparations choisies, préciser :

- le nom de la préparation
- le nombre de personnes pour chacune d'elles.

Lieu ou rayon d'achat	Dénomination des produits	Nom de la préparation culinaire	Nom de la préparation culinaire
		Quantité en kg ou L, ou pièce	Quantité en kg ou L, ou pièce

ANNEXE 1 : Maffé

Ingrédients Pour 4 à 6 personnes.

- 1 Poulet
- 1 gros oignon coupé en dés
- 4 cuillères à soupe de tomate concentrée
- 5 cuillères à soupe d'huile
- sel, poivre
- 1 piment
- 1 petit chou blanc ou la moitié d'un gros
- Sumbala*
- 4 carottes épluchées et coupées en deux
- 1 patate douce
- 4 gombos*

Préparation : 30 mn, Cuisson : 50 mn environ

- Couper le poulet en 8 morceaux.
- Délayer la tomate dans une tasse avec de l'eau
- Mettre l'huile à chauffer dans un faitout. Mettre les oignons à suer et à colorer.
- Rajouter ensuite la viande aux oignons et faire revenir toujours à feu vif pendant une dizaine de minutes.
- Verser la tomate concentrée sur la viande et laisser mijoter 5 minutes à feux doux.
- Rajouter 3/4 litre d'eau et laisser à feu vif jusqu'à la première ébullition, puis mettre les légumes.
- Saler, poivrer et mettre deux grosses cuillères de Sumbala.
- Couvrir et laisser mijoter la sauce pendant environ 40 minutes à feux doux.

Rajouter le piment dans les 5 dernières minutes de cuisson.

()Gombos* : Ressemble à une grosse courgette avec des feuilles.

() Sumbala* : Condiment utilisé dans la plupart des sauces de l'Afrique de l'ouest. En France, les jeunes utilisent plus généralement des bouillon-cubes : « Le Sumbala des blancs »

D'après une recette : La cuisine d'Afrique de L'Ouest, first Edition.

BTS ECONOMIE SOCIALE FAMILIALE		Session 2009
Épreuve pratique : techniques d'alimentation	Code : ESEPRA/ALI4	Page : 6/9

Annexe 2
Fiche technique

C.R.D.P.
75, cours Alsace et Lorraine
33075 BORDEAUX CEDEX
Tél. : 05 56 01 56 70

Si vous pensez nécessaire d'accompagner la fiche technique d'illustrations, vous décrivez ces illustrations sans les matérialiser.

BTS ECONOMIE SOCIALE FAMILIALE		Session 2009
Épreuve pratique : techniques d'alimentation	Code : ESEPRA/ALI4	Page : 7/9

Annexe 3 : RELEVÉ DE PRIX en euros (TTC)

Dénominations des denrées	Prix en € au kg L ou pièce	Dénomination des denrées	Prix en € au kg L ou pièce
PORC			
épaule cuite	3,09	pâtes : coquillettes	0,78
lardons fumés ou nature	7,50	pâtes : macaroni	1,35
poitrine de porc fraîche	5,5	pâtes : spaghetti	1,56
VOLAILLES			
blanc de poulet	7,80	petits pois appertisés	0,95
cuisse de poulet	6,90	piment poudre	1,96
escalopes de dinde	7,60	poires appertisées boîte 4/4	2,56
poulet	6,90	poivre noir (18 g)	1,56
CRÈMERIE - FROMAGERIE			
beurre doux	4,76	poudre à lever chimique (10 sachets)	0,79
crème fraîche	4,60	raisins secs	6,04
emmental	4,75	riz long basmati	2,80
fromage 20 % blanc battu	1,49	riz long étuvé	2,35
lait UHT ½ écrémé	0,70	riz rond	1,49
margarine	3,20	rum	9,22
œufs (l'unité)	0,15	sel fin – salière 500 g	0,49
pâte feuilletée en bloc	2,90	sel gros	0,68
yaourts nature	1,06	semoule à couscous moyenne	1,78
SURGELÉS			
basilic (50g)	1,72	sucre glace	3,78
cabillaud	10,50	sucre gros grains	3,20
champignons	2,40	sucre morceaux	1,38
Ciboulette (50g)	1,72	sucre semoule	1,61
chou-fleur	1,40	sucre vanillé (10 sachets)	2,63
colin	6,50	thon appertisé	9,40
épinards en branches	1,20	thym (25g)	2
haricots verts	1,70	tomates entières appertisées	1,50
petits pois	1,89	tomato Ketchup	3,57
ÉPICERIE			
abricots au sirop appertisés boîte 4/4	3	vanille en gousse (2 gousses)	3,34
Ail déshydraté (18g)	1,10	vanille extrait (flacon 20 mL)	2,04
amandes effilées kg	28,40	vin blanc sec	1,80
amandes entières	30,40	vin rouge	2
ananas appertisés boîte 1/2	1,53	vinaigre de vin	0,95
bouillon de volaille, bœuf (15 cubes)	1,20	FRUITS ET LÉGUMES	
cannelle (25g)	1,95	ail	6,20
cerises appertisées boîte 4/4	3,10	avocat (pièce)	0,79
champignons appertisés 4/4	1,96	bananes	1,20
chocolat noir au kg	5,33	carottes	1
concentré de tomates	2,27	champignons de Paris	3,95
confiture d'abricots	1,19	chou fleur (1,2 kg la pièce)	1,80
court bouillon déshydraté (3 sachets)	1,66	chou vert ou rouge	2,70
farine Type 55	0,86	citron	1,60
fruits confits assortis	18,67	concombre	3,90
haricots verts appertisés	1,08	courgettes	1,50
herbes de Provence (18g)	1,69	échalotes	3,20
huile d'arachide	2,23	kiwi	6,90
huile d'olive	5,15	laitue (pièce)	0,95
huile de tournesol	2,15	navets	1,50
laurier (25g)	1	oignons	1,25
maïs appertisés	1,35	oranges	1,95
maïzena	4,78	patate douce	1,99
mayonnaise	3,26	persil (la botte)	1,20
moutarde	1,82	poireaux	1
Muscade (18 g)	1,98	poivrons	2,25
Olives vertes / Noires dénoyautées	8,85	Pommes	1,89
		pommes de terre	1,35
		Radis (botte 250g)	1,20
		Tomates	1,99

BARÈME :

TS en ESF en dans un Centre Social

1- ÉLABORATION DE DOCUMENTS	20 Points
1-1	2 points
1-2	4 points
1-3	8 points
1-4	6 points
2- REALISATION DE PREPARATIONS CULINAIRES.	55 Points
2-1 Liste quantitative de denrées	5 points
2-2 Maîtrise des techniques	30 points
2-3 Organisation	10 points
2-4 Hygiène et sécurité	10 points
3- EVALUATION ORGANOLEPTIQUE devant le jury	10 Points
EVALUATION ORGANOLEPTIQUE PAR LE JURY	15 Points