

Découverte des métiers



Ma journée au lycée hôtelier Marie Curie

Saint Jean du Gard



Atelier cuisine

Nuggets de volaille, légumes rôtis

Ingrédients (4 personnes)

- Escalope de volaille 4 pièces
- Farine 100 g
- Œufs 2 pièces
- Chapelure..... 100 g
- Carottes 200 g
- Pommes de terre..... 200 g
- Champignons 200 g
- Huile d'olive..... 5 cl
- Sel, poivre 2 pincées

Préparation

- Détailler les escalopes en bandelettes et les paner à l'anglaise (trempé dans la farine puis dans l'œuf battu, puis dans la chapelure)
- Frire les bandelettes de volaille panées 2 minutes.
- Tailler tous les légumes , les mettre dans un plateau allant au four , les arroser d'huile d'olive , saler , poivrer puis les mettre au four à 180 °c pendant 30 mn .

Fondant au chocolat

Ingrédients (6 personnes)

- Chocolat noir.....150 g
- Sucre.....80 g
- Farine.....35 g
- Œufs... 3 pièces
- Beurre 100 g
- Vanille 2 gouttes

Préparation

- Faire fondre le chocolat au bain marie avec le beurre
- Mélanger les œufs et le sucre puis la farine
- Mélanger tous les éléments
- Disposer dans des moules badigeonnés de beurre fondu et farine.
- Cuire selon épaisseur de 7 à 10 mn
- Démouler, servir tiède et saupoudrer de sucre glace

 Mes notes :

.....

.....

.....

.....

.....

Atelier service et commercialisation

Avocat crevettes

Ingrédients (2 personnes)

- Avocat1 pièce
- Crevettes décortiquées.....100g
- Citron 1/2 pièce
- Œuf (jaune)..... 1 pièce
- Huile.....12 cl
- Ketchup..... 5cl
- Sel, poivre , paprika
- Cognac..... 1cl
- Sauce anglaise..... 3 traits
- Tabasco 1 trait

Préparation

- Couper en deux les avocats.
- Retirer le noyau à l'aide du couteau et les citronner.
- Réaliser la sauce cocktail (mayonnaise + jus de citron, + cognac + sauce anglaise + ketchup + assaisonnement + Tabasco) bien mélanger, goûter la sauce, éventuellement rectifier l'assaisonnement.
- Creuser légèrement l'avocat, mélanger la chair aux crevettes.
- Napper de sauce les crevettes et la chair de l'avocat, bien mélanger
- Remplir les 1/2 avocats avec la préparation.
- Décorer d'une demi-rondelle de citron, saupoudrer de Paprika.

Mise en place des tables

Matériel (20 personnes)

- Nappes rectangulaires 5
- Serviettes... 20
- Assiette de base..... 20
- Assiette à pain20
- Couvert entremets 20
- Couverts de base 20
- Cuillères entremets..... 20
- Verres à eau 20
- Ménages.....5
- Dessous de carafe..... 5
- Fleurs..... 5

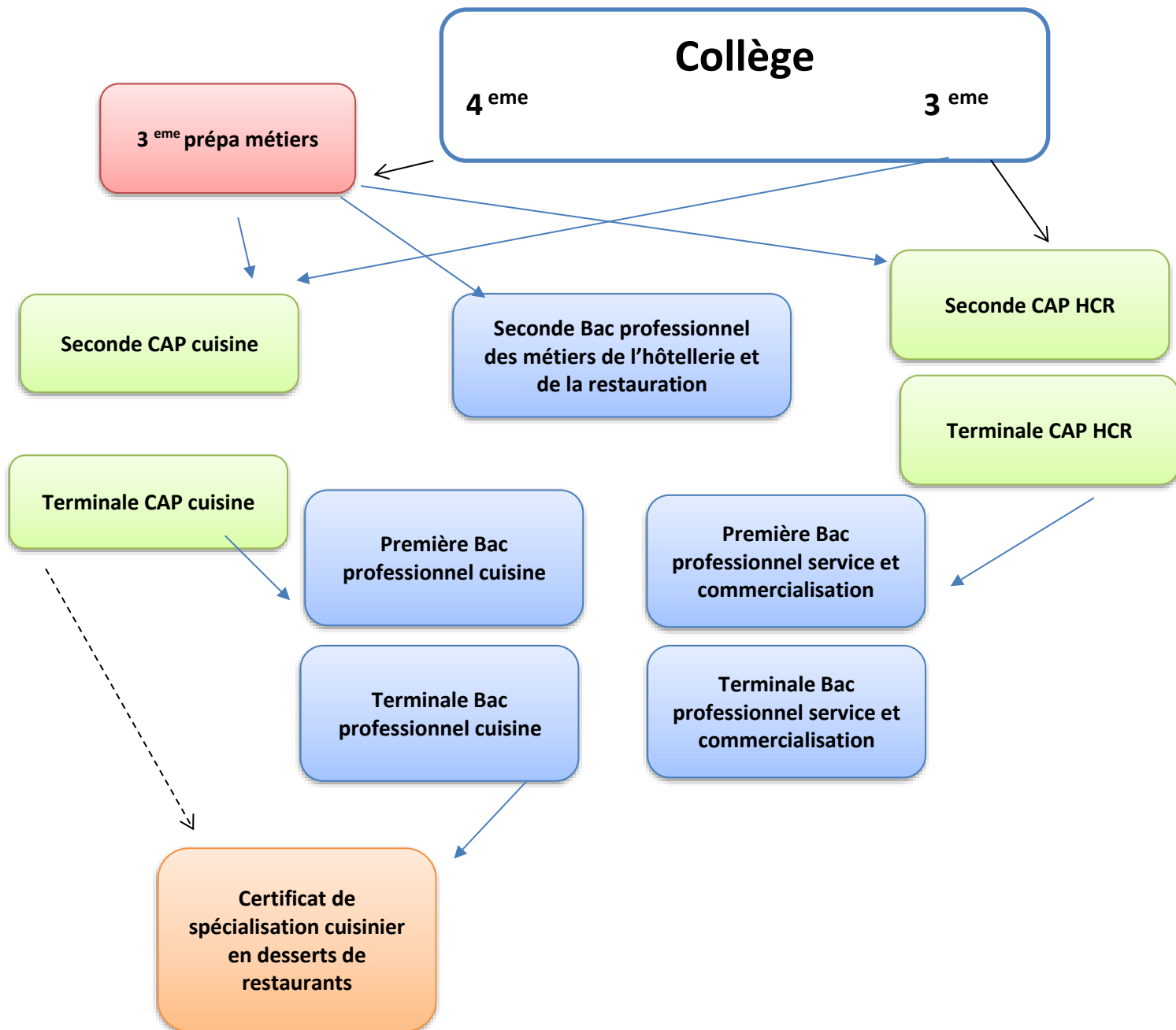
Préparation

- Nettoyage des couverts (vinaigre blanc)
- Nettoyage des assiettes
- Nettoyage des verres à la vapeur
- Nappage des tables
- Dressage des tables

 Mes notes :

.....
.....

Les formations au lycée Marie Curie



Poursuite d'études

- Nombreux certificat de spécialisation Mentions complémentaires
- BTS management en hôtellerie restauration
- Licence pro mention organisation et gestion des établissements hôteliers et de restauration
- Nombreux masters

Vie active

- Un marché de l'emploi très varié dans différents secteurs de l'hôtellerie et la restauration.
- Un marché de l'emploi très dynamique et offrant le plein emploi (200 000 postes vacants à ce jour)
- Des possibilités d'exercer à l'étranger
- De nombreux emplois périphériques (vente de matériel,