

ED juillet 2026

Formation - “Cuisiner et pâtisser sans gluten, sans lactose, sans beurre, sans sucre raffiné/ ajouté ”

Durée : 24 heures

Objectifs :

- Identifier le marché de l'alimentation sans allergènes et les tendances alimentaires alternatives.
- Savoir répondre à la demande grandissante du sans gluten
- Pouvoir définir le besoin de son client pour mieux l'orienter vers une alimentation sans allergènes, mais goûteuse.
- Reconnaître les différentes intolérances et allergies alimentaires pour adapter ses recettes.
- Maîtriser les caractéristiques et les bienfaits des aliments sans gluten.
- Identifier au sein de son activité les liens avec une démarche RSE
- Identifier et travailler avec des farines sans gluten dans ses préparations.
- Intégrer dans ses recettes des aliments à index glycémique bas.
- Maîtriser ses offres, son positionnement, reconnaître sa singularité et sa différenciation.
- Appliquer rigoureusement les règles d'hygiène et de sécurité alimentaire.

Prérequis :

- Technique : avoir à sa disposition, des ustensiles de cuisine et pâtisserie, four, plaque chauffante, connexion internet, ordinateur portable, micro, caméra, cahier et stylo.
- Pédagogique : Pas de prérequis

Public visé :

Professionnels de l'alimentation, Pâtissier, Restaurateurs, Traiteurs, Diététiciens, Chefs à domicile, Boulangers...et Porteurs de projet.

Délais d'accès :

Envolées Gourmandes Academy s'engage à vous transmettre une réponse dans un délai de 72 heures.

L'accès à la formation se fera conformément aux dates inscrites sur la convention de formation.

Méthodes pédagogiques :

Formation collective en mode distanciel synchrone

Alternance de théorie et de pratique (réalisation de recette en live)

Sessions questions/réponses

Un positionnement sera effectué en amont de la formation

Moyens pédagogiques, techniques, d'encadrement :

Support de formation pdf sous format Ebook de recettes réalisées et autres recettes surprises

Utilisation de l'outil Zoom en classe virtuelle



Assistance Technique : formation@envoleesgourmandes.com

Modalités de suivi et d'évaluation :

Evaluations par QCM sur la partie théorique

Evaluation par mise en situation sur la partie pratique

Coaching individuel et sessions de groupe

Recettes du blog plus détaillées

Livre, Mon Imprécis de Cuisine

Suivi : Réponses à vos questions sur un groupe privé Whatsapp pendant 6 mois et plus si vous le souhaitez

Attestation de fin de formation

Modalités d'accès aux personnes en situation de handicap :

Notre organisme s'engage à mettre tous les moyens en œuvre pour accueillir les personnes en situation de handicap en adaptant les méthodes, supports et moyens pédagogiques.

CV Formateur :

Gisèle Nathalie Nicole Brigaud Ngoum : Chef cuisinier, Ingénieur marketing et distribution, spécialiste de l'alimentation durable, auteur, blogueuse, conférencière, mentor et formatrice.

Votre Contact :

Gisèle Nathalie Nicole Brigaud Ngoum / formation@envoleesgourmandes.com
voleesgourmandes.com / +33784730175

Tarif de la formation :

Paiement individuel -> 1797 euros (Paiement en plusieurs fois possible, nous contacter).

Avec prise en charge (OPCO FranceTravail) -> 2397 euros exonérée de TVA — Art. 261.4.4 a du CGI

Contenu de la formation

Partie 1 Connaissance des aliments sans gluten

Module Théorie et géopolitique de l'alimentation

- Percer les secrets de la farine de blé et ses variantes pour mieux en trouver des alternatives.
- Comprendre le marché et les enjeux de l'alimentation sans gluten
- Apprendre à lire la composition des produits conventionnels et trouver une alternative avec des produits sans allergènes.
- Comprendre les caractéristiques des farines **MANIOC / MAÏS / FONIO / SOUCHET**
- Découvrir les produits bruts liés aux farines (tubercules et céréales).
- Identifier les connaissances de base pour comprendre les intolérances alimentaires (sans gluten).
- Sucrer autrement - Les laits végétaux - L'huile en pâtisserie et " les beurres " les super aliments Africains"

Partie 2 Stratégie Commerciale,marketing et RSE

Module Marketing

- Savoir se positionner sur le marché afin de répondre à la demande grandissante pour une alimentation durable, saine, légère et variée.
- Savoir optimiser son temps dans l'apprentissage de la "cuisine et de la pâtisserie "sans"
- Comprendre les nouvelles tendances alimentaires et savoir proposer une offre sans allergènes
- Définir sa stratégie commerciale et marketing pour anticiper et comprendre les besoins de son client.
- Comment mettre en place et communiquer sur des offres gourmandes et originales en respectant différents cahiers des charges ?

Module RSE

Politique RSE : 3 piliers à développer (économique, Environnemental et sociétal). Audit. Quelles actions concrètes et personnalisées à mettre en place dans son activité ?

Partie 3 Application pratique : réalisation de recettes

Module Mise en pratique

- Réaliser plusieurs 8 recettes avec les produits bruts et les différentes farines étudiées
- Maîtriser les techniques de base et la réalisation d'une recette dans le respect des consignes et des règles d'hygiène et de sécurité
- Etre capable de confectionner 8 recettes en lien avec le thème de la formation
- Respecter la chaîne du froid
- Savoir gérer son poste de travail.
- Proposer un dressage net et élégant
- Rudiments de photographie