

## CAP Cuisine

De sa créativité et de son talent dépend le plaisir des clients du restaurant. Fin gourmet, curieux et infatigable, le cuisinier exerce un métier difficile mais gratifiant.

### Nature du travail

#### Une hiérarchie parfaitement établie

\*Star étoilée du Gault Millau ou modeste chef d'un restaurant de quartier, le cuisinier élabore des recettes savoureuses dans le mystère de sa cuisine. Créateur inspiré, il exerce un art difficile et passionnant. Ses responsabilités dépendent, d'une part de son grade au sein de la hiérarchie qui règne en cuisine, d'autre part de l'importance et de la catégorie du restaurant qui l'emploie. Du commis au chef



*Travail des légumes*

de cuisine en passant par les chefs de partie, les grands établissements emploient de véritables brigades, où chacun intervient à son niveau pour faire tourner la cuisine.

\*En haut de l'échelle, le chef dirige l'ensemble des cuisiniers, organise les tâches et fait respecter les normes d'hygiène. Il élabore les recettes et les menus, en tenant compte des stocks de marchandises, des possibilités d'approvisionnement, de la saison, du type de clientèle, des menus réalisés les semaines précédentes... Il calcule le prix de revient des plats et évalue les stocks de produits, afin de commander ce dont il a besoin. Il passe ensuite ses commandes, soit sur le lieu de vente (marché, poissonnier, abattoirs...), soit auprès de fournisseurs attirés, et contrôle les livraisons. Enfin, aucune assiette ne part en salle sans son approbation !



*Les élèves avant de commencer une production*

\*Un cran au-dessous, le chef de partie a la responsabilité d'une spécialité ou d'une partie du menu, il organise et contrôle le travail des commis et des apprentis. Ce cuisinier expérimenté confectionne les mets, surveille les cuissons, et termine certaines préparations au moment du service (découpe de viandes ou de charcuteries, ouverture de coquillages...).

\*Le commis de cuisine, enfin, participe à la confection des entrées et aux préparations de base. Il est là pour apprendre et soulage les cuisiniers des tâches les plus fastidieuses (épluchage et taillage des légumes, vidage et flambage des volailles, préparation des pièces de viande...), avec le concours de l'aide-cuisinier (apprenti ou stagiaire). Tous deux assurent également une grande partie de l'entretien des lieux et du matériel de cuisine.

Dans les petits restaurants, un seul cuisinier assume l'ensemble de ces tâches, avec, éventuellement, un aide spécialisé dans une partie du menu.

Dans un restaurant fonctionnant en libre-service, le cuisinier peut aussi assurer le service. Chez un traiteur enfin, il est amené à finaliser les préparations chez les clients. En règle générale, des déplacements à l'extérieur sont souvent nécessaires pour se rendre chez des fournisseurs ou au marché.

### Conditions de travail

#### L'embaras du choix

Restaurants de chaînes hôtelières, restaurants traditionnels, gastronomiques ou de collectivité, nouvelle restauration (pizzerias, crêperies)... En matière d'employeurs, le cuisinier a l'embaras du choix! Souvent en poste dans les restaurants et les cafés, il peut aussi trouver sa place dans l'hôtellerie ou dans les services de restauration des transports. Par ailleurs, un cuisinier sur trois exerce dans la fonction publique : cantines des collèges et lycées, des administrations ...

Les conditions de travail varient selon les établissements mais sont toujours difficiles. Le cuisinier travaille debout, exposé à la chaleur des plaques de cuisson, aux vapeurs de cuisine et aux basses températures des chambres froides. Stress des commandes qui affluent, coups de feu aux heures des repas, travail le dimanche et les jours fériés, périodes de pointe en haute saison... sont aussi le lot des cuisiniers exerçant dans la restauration commerciale. En règle générale, ils travaillent de 9h à 15h et de 18h à 23h : pas facile, dans ces conditions, de concilier vie professionnelle et vie privée ! En cuisine de collectivité cependant, les horaires sont plus réguliers et les week-ends sont libres.

Le cuisinier peut occuper des postes saisonniers, notamment sur les plages ou dans les stations de ski. Nombre de professionnels, enfin, tentent leur chance à l'étranger : États-Unis, Grande-Bretagne, Australie... partout dans le monde, on raffole de la gastronomie française !

### **Vie professionnelle**

#### **On manque de cuisiniers**

On manque de professionnels derrière les fourneaux ! Métier passion, l'art culinaire rebute souvent par son rythme de travail intense et décalé. Les courageux qui se lancent ont donc rarement à le regretter : chaque année, 14 000 emplois de cuisinier se dégagent en France, tous secteurs confondus.

En cuisine, la hiérarchie règne : un jeune titulaire du CAP ne gagnera ses galons de chef cuisinier qu'au terme de plusieurs années d'expérience professionnelle. Un chef cuisinier peut devenir directeur de la restauration ou gérant d'un restaurant de collectivité, ou encore s'installer à son compte. Il peut même accéder à la célébrité, à l'instar des quelques toques prestigieuses qui font la réputation de la cuisine française.

### **Rémunération**

Un commis de cuisine gagne entre 915 et 1 000 euros, un cuisinier entre 1 295 et 1 830 euros (après dix ans d'expérience), un chef de cuisine entre 1 830 et 3 000 euros, parfois beaucoup plus ! Dans la restauration collective, en revanche, un cuisinier gagne 855 euros au départ, et environ 1 143 euros au bout de dix ans. Si les hommes dominent toujours la profession, de plus en plus de femmes coiffent aujourd'hui la toque avec succès.

### **Compétences**

#### **Passionné et créatif**

Aux dires d'un grand chef cuisinier, "quelqu'un qui n'aime pas manger ne peut pas faire ce métier" ! Gourmet et gourmand, le cuisinier exerce un métier exigeant mais gratifiant. Passionné et curieux, il doit faire preuve de sensibilité et de créativité pour élaborer les recettes et la carte du restaurant. Inspiré, il possède un certain sens artistique pour réaliser la décoration des plats. Courageux et doté d'une bonne condition physique, il doit supporter des horaires lourds et des conditions de travail éprouvantes. Il gère le stress et fait preuve d'ordre et de méthode pour ne pas se laisser déborder. Vif, rapide et efficace, il a le souci de la propreté et de l'hygiène.

S'il est chef d'équipe, ce professionnel doit aussi faire preuve d'autorité. Autonome, bon gestionnaire et pédagogue, il apprécie la prise de décision et le relationnel.

### **Accès au métier**

#### **Débuter par le bas de l'échelle**

Le CAP Cuisine, le BEP Métiers de la restauration et de l'hôtellerie dominante production culinaire, le bac pro Restauration et le bac techno Hôtellerie sont autant de diplômes donnant accès aux fourneaux. Le BTS Hôtellerie-restauration option B art culinaire, art de la table et du service, permet d'occuper un emploi de premier commis ou de chef de partie.

Par ailleurs, le BP Cuisinier (une excellente formation) est accessible aux personnes titulaires d'un CAP ou d'un BEP ayant travaillé au moins deux ans (y compris comme apprentis) et aux personnes sans diplôme ayant travaillé cinq ans. Quant à la MC Cuisinier en desserts de restaurant, qui s'obtient en un an après le CAP ou le BEP, elle peut constituer un plus pour intégrer un restaurant gastronomique.

Mais, quels que soient leurs diplômes, les jeunes commencent leur carrière au bas de l'échelle.

### **Formations requises :**

bac pro Restauration

bac techno Hôtellerie

BEP Métiers de la restauration et de l'hôtellerie

BP Cuisinier

BTS Hôtellerie-restauration option B art culinaire, art de la table et du service

CAP Cuisine

MC Art de la cuisine allégée

MC Cuisinier en desserts de restaurant