

CUISINIER CUISINIÈRE

**METTRE SA CRÉATIVITÉ ET SON
TALENT AU SERVICE DES PAPILLES**



SON MÉTIER

Devant et autour des fourneaux, le cuisinier ou la cuisinière confectionne les mets, surveille les cuissons, termine certaines préparations (découpe de viandes ou de charcuteries, ouverture de coquillages...) et remet les plats au serveur ou à la serveuse. Les recettes et les menus sont élaborés 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 faut prévoir ses achats et calculer le prix de revient des plats. Enfin il faut évaluer les stocks de produits, passer ensuite ses commandes, soit sur le lieu de vente (marché, poissonnerie, abattoirs...), soit auprès des fournisseurs attitrés et contrôler les livraisons.

OÙ ET COMMENT ?

Restaurants de chaînes hôtelières, restaurants traditionnels, gastronomiques ou de collectivités, pizzerias, crêperies... en matière d'employeurs, on a l'embaras du choix ! Les conditions d'exercice sont variables selon les établissements mais avec des contraintes : le travail s'effectue debout, dans la chaleur des plaques de cuisson, des vapeurs de cuisine et des basses températures des chambres froides. Les journées sont rythmées par les commandes qui affluent, les « coups de feu » aux heures des repas. L'activité se déroule le dimanche et les jours fériés, parfois en horaires fractionnés. En cuisine de collectivité (cantines scolaires, administrations...), les horaires sont plus réguliers et les week-ends sont libres.

Source Onisep - Janvier 2018

SES QUALITÉS

Une touche de gourmandise, de la passion et de la curiosité, il faut également faire preuve de sensibilité et de créativité pour élaborer les recettes et la carte du restaurant. L'endurance physique est nécessaire pour supporter le rythme de travail. Vivacité, rapidité et efficacité sont des atouts pour exercer ce métier.

DÉBOUCHÉS ET ÉVOLUTION

On manque de professionnels derrière les fourneaux ! Chaque année, 14 000 postes se dégagent en France, tous secteurs confondus. Après plusieurs années d'expérience professionnelle, il est possible de devenir chef cuisinier ou cheffe cuisinière, puis directeur ou directrice de la restauration, d'un restaurant de collectivité, ou encore de s'installer à son compte.

Salaire de début : 1 498 € brut par mois pour les commis et commises de cuisine, 1 550 € brut par mois pour un cuisinier ou une cuisinière.

Dominique
Cuisinier

« J'ai eu très tôt la vocation pour ce métier. Les contraintes de ce métier sont largement compensées par le fait de se faire plaisir et d'aimer faire plaisir. Je fais mon marché trois fois par semaine et j'essaie de créer de nouveaux plats. Ce n'est pas un métier où l'on s'ennuie, mais le stress est parfois important. »