

LES ÉTOILES DU GOÛT

Keith Haring



Bonjour à toutes et à tous, chers lecteurs, aujourd'hui nous allons vous parler de Keith Haring :

Haring traite la guerre et la drogue, notamment dans le quartier de Harlem où ses fresques (peintures murales) dénonçaient les préjugés raciaux et sexuels.

Keith Haring s'inspire de la télévision, de la bande dessinée, du graffiti... Ses images représentent des personnages, des animaux, et reflètent une certaine innocence comme si l'artiste n'avait pas voulu grandir, regardant le monde avec des yeux d'enfant.

Le trait simple, les couleurs vives, les symboles facilement lisibles et l'expressivité des images ont participé au succès de l'artiste.

Nous avons décidé de nous inspirer de cet artiste pour dénoncer le harcèlement en général au travers d'une affiche.



Projet Chef d'œuvre des TCAP PSR

Dans le cadre du chef d'œuvre, les élèves de TCAP ont proposé un sac isotherme éco-responsable, fabriqué à partir de bouteilles recyclées.

Sur ce sac, on trouve le logo Oui Chef, créé par leurs soins, qui réunit leurs deux passions : le service et la cuisine.

Nous remercions tous les personnels et élèves du lycée qui ont acheté ce sac au prix de 10 euros. Grâce à cette vente, tous les élèves de CAP iront en sortie scolaire culturelle à la Biennale de Design de Saint Etienne le mardi 3 Mai 2022.

Oui Chef, à votre service !



INTERVIEW : Mr Dubois notre prof de cuisine

1. A quel âge avez-vous découvert la cuisine ?

J'ai découvert la cuisine très jeune vers 8 ans dans le cercle familial. Très tôt, j'ai participé à l'élaboration de plats familiaux traditionnels de terroir à base de produits bruts, mais également les tâches de nettoyage qui incombent à la cuisine.

2. Qu'est-ce qui vous a donné envie de faire de la cuisine ?

Mon père était restaurateur et propriétaire d'un restaurant. Je me suis vite projeté dans ce métier. J'ai intégré et obtenu mon diplôme de CAP et BEP Cuisine au lycée hôtelier de Chamalières. J'ai obtenu la meilleure note au concours des meilleurs apprentis de France. Ayant trouvé ma voie, j'ai continué en BTS et j'ai poursuivi en Licence.

3. Avez-vous déjà travaillé dans un restaurant ou un hôtel ?

J'ai travaillé dans différents établissements allant de la brasserie Parisienne, restaurant d'hôtel (Sofitel de Lyon Bellecour) au restaurant traditionnel jusqu'au restaurant gastronomique comme Le restaurant Le Clos des Cimes chez Régis Marcon à l'époque deux étoiles au guide Michelin.

J'ai également eu l'occasion de travailler à l'étranger à Budapest dans un restaurant français La fontaine.

4. Quels sont les plats que vous aimez préparer ?

Concernant les plats que j'aime cuisiner, j'ai toujours aimé le graphisme en pâtisserie que j'adapte en cuisine. J'aime travailler également le poisson pour ses cuissons et ses sauces goûteuses. Sur le plan gustatif, j'aime m'inspirer des produits et techniques des pays étrangers comme l'Inde, l'Asie ou l'Amérique Latine.



La Période de Formation en Milieu Professionnel

Les élèves de 1^{er} CAP PSR ont effectué, en janvier, un stage de un mois dans la restauration collective (cantine, self...)

Les élèves ont préféré :

Cuisiner, servir, interagir avec les clients, faire la plonge...

Les élèves ont moins aimé :

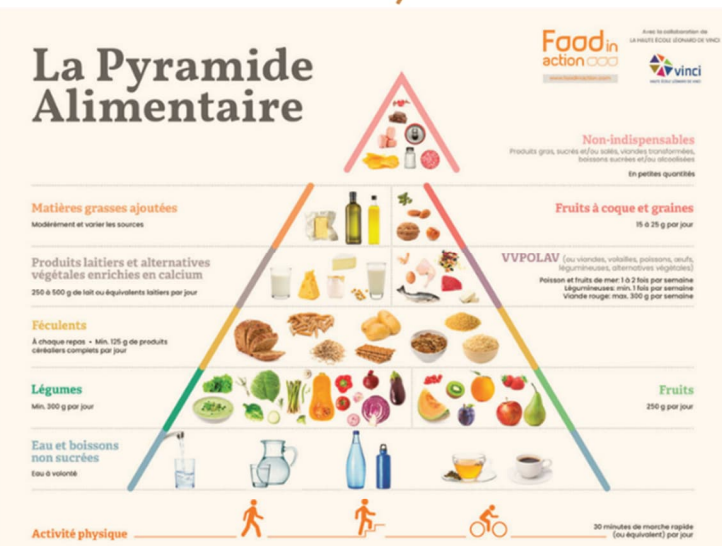
Faire le bio-nettoyage, les clients difficiles, la fatigue.

Dans l'ensemble, le stage a confirmé le souhait de continuer dans cette voie.

Comment avoir une alimentation équilibrée ?

Une alimentation saine est une pratique alimentaire qui permet de maintenir ou d'améliorer sa santé générale. L'alimentation permet de répondre aux besoins fonctionnels, bâtisseurs et énergétiques de l'organisme. Une bonne alimentation fournit les nutriments essentiels : eau, vitamines, minéraux, fibres alimentaires, lipides, glucides et protéines.

C'est quoi une alimentation équilibrée ?



Les 3 principes d'une alimentation équilibrée sont :

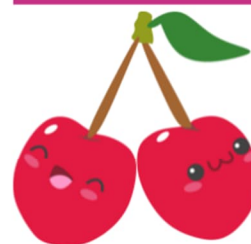
- Diversifier son alimentation** : manger de tous les groupes d'aliments .
- Varié son alimentation** : manger plusieurs aliments dans un même groupe.
- Modérer son alimentation** : limiter la consommation de certains aliments gras, sucrés, salés...

Quels sont les effets du sucre consommé en excès sur notre corps ?

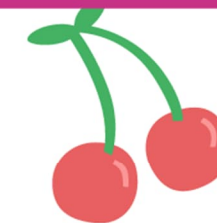
Le sucre favorise les inflammations, la perte de mémoire, la prise de poids, la fatigue chronique, les problèmes rénaux, les aigreurs d'estomac, les fermentations intestinales (ce qui affaiblit le système immunitaire), le stress, le diabète, les caries, la cataracte.

Le sucre a un impact sur la peau. Souvent associé à l'acné, il est aussi à l'origine du vieillissement cutané. En effet, le glucose se fixe autour des fibres de collagène et d'élastine. Petit à petit, il y a une perte en élasticité et en tonicité et la formation de rides.

La quantité de sucre dans des canettes de soda de 330 ml



Tarte aux cerises



Durée : 30 min au four

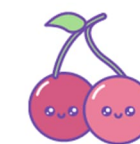
- 500 g de cerises
- 1 pâte brisée
- 3 œufs
- 20 cl de crème fluide
- 150 g sucre en poudre ou 100 g si les cerises sont mûres
- 1 sachet de sucre vanillé
- 100 g de poudre d'amandes



- 1) Laver les cerises et couper les avec un couteau d'office pour enlever les noyaux.
- 2) Préchauffer le four à 210°C.
- 3) Étaler la pâte brisée dans un moule de 22 cm de diamètre.
- 4) Déposer les cerises sur le fond et enfourner dix minutes.
- 5) Dans un saladier, battre les œufs en omelette puis ajouter le sucre en poudre et le sucre vanillé. Quand la préparation blanchit, ajouter la poudre d'amandes et la crème fluide.
- 6) Sortir la tarte du four et verser la préparation aux œufs et à la poudre d'amandes sur les fruits.
- 7) Remettre au four et poursuivre la cuisson 20 à 25 min.
- 8) Démouler la tarte et servez-là froide.

bon appetit ♥

Blagues



-Qu'est- ce qu'une gousse d'ail jetée sur un mur et qui revient ?
C'est le retour du jet d'ail

-Que fait une salade avec un révolver ?
Elle laitue

-Deux tomates traversent une route. L'une se fait écraser et l'autre lui dit
"Bah alors tu viens Ketchup ?"

-Que se disent deux petits pois un samedi soir ?
"On va en boîte ?"

