

Marchandises		Points	
	Report	5.5
Question 4			
Que représentent les œufs du point de vue nutritionnel dans notre alimentation ?			
L'œuf contient toutes les substances nutritives nécessaires au développement et à l'entretien de notre corps			
Quelles sont les substances nutritives de l'œuf ? Citez-en trois :			
1) Protéines 2) Lipides 3) Eau / Vitamines / Sels minéraux			
Sous quelle condition peut-on vendre des œufs provenant de volatiles autre que les poules ?			
En les désignant comme tel (œufs de caille)			
A quelle température, le blanc d'œuf (albumen) coagule-t-il ? Entre 63°C et 65°C			
Pour la confection de mets aux œufs que l'on ne chauffe pas plus de 65°C, quel type d'œufs recommandez-vous ? Justifiez votre réponse :			
Œufs : Pasteurisés Justification : Risque de salmonelles			
		4
Question 5			
Quand on parle du lait en tant que produit sur le marché sans la dénomination de provenance, de quel animal provient-il ? De la vache			
Quelle est l'importance du lait dans l'alimentation moderne ?			
Il est considéré comme l'aliment de base. Bon marché, il contient toutes les substances nutritives dans des proportions presque parfaites.			
Quels sont les composants nutritionnels du lait entier ? Citez-en trois :			
1) 3,3% Protéines 2) 4,8% glucides 3) 3,7% lipides / 0,8% vitamines / Sels minéraux / eau			
		2.5
Question 6			
Par quel procédé de conservation obtient-on un lait consommable sans forte cuisson et pauvre en germe ? Par la pasteurisation			
A quelle température le lait est-il porté pour la méthode de conservation citée ci-dessus ?			
Le lait est maintenu pendant 15 secondes à une température de 71,7°C et refroidi à 5°C immédiatement			
Quel traitement le lait subit-il lors de l'upérisation (UHT) ?			
La température du lait est portée instantanément en 1 à 2 secondes à 130 à 150°C et refroidi aussi rapidement			
Quelles sont les propriétés du lait UHT ? Citez-en deux :			
1) Il est devenu stérile 2) Il peut se conserver 11 semaines sans réfrigération			
		2.5
	Report	14.5

Marchandises	Points	
<div style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 0 auto;">Report</div> <p>Question 7</p> <p>Par quels procédés obtient-on la crème ? Nommez en deux :</p> <p>1) Repos du lait par un ferment spécifique 2) Par écrémeuse - centrifugeuse</p> <p>Quel « liquide résiduel » obtient-on lors de la fabrication de la crème ?</p> <p>Lait écrémé</p> <p>Quelle est la crème qui est également vendue sous l'appellation « crème de Gruyère » ?</p> <p>Crème double</p> <hr style="border: 2px solid gray;"/>	14.5
<p>Question 8</p> <p>A partir de quelle matière obtient-on le beurre ? De la crème</p> <p>Comment s'appelle l'appareil avec lequel on fabrique le beurre ? Une baratte</p> <p>Pourquoi les beurres peuvent-ils avoir des couleurs légèrement différentes ?</p> <p>Les changements de couleurs sont dus aux variations saisonnières des fourrages</p> <p>Comment appelle-t-on le sous-produit obtenu lors de la fabrication du beurre ?</p> <p>Babeurre</p> <p>Combien de litres de lait faut-il pour faire 1.000 kg de beurre ? Environ 24 litres</p> <p>Quelle est la sorte de beurre qui contient pour ainsi dire 99.8 % de matières grasses lactiques ?</p> <p>Beurre fondu / Beurre à rôtir</p> <p>Quelle est la teneur en matière grasses lactiques du beurre de cuisine ? 82 %</p> <p>Quel avantage le beurre fondu a-t-il sur le beurre de cuisine lors de l'utilisation ?</p> <p>Le beurre fondu supporte des plus hautes températures que le beurre de cuisine</p> <hr style="border: 2px solid gray;"/>	2
<p>Question 9</p> <p>Citez les huit étapes de la fabrication du fromage :</p> <p>1) Emprésurage 2) Coagulation du lait</p> <p>3) Tranchage du caillé 4) Chauffage du caillé</p> <p>5) Pressurage 6) Salaison</p> <p>7) Fermentation 8) Maturation</p>	4
Report	24.5

Marchandises	Points	
Report	24.5
<p>Question 10</p> <p>A partir de la même matière première "le lait" comment peut-on créer tant de différentes sortes de fromages. Enumérez quatre facteurs différents qui entre en considération :</p> <p>1) Différents mammifères, l'affouragement 2) Climat, teneur en eau 3) Teneur en matière grasse du lait 4) Façon de cailler le lait, maturation</p> <p>Quelle est l'importance de la teneur en eau du fromage ?</p> <p>Elle conditionne la consistance, la conservation, l'aspect visuel et le goût du fromage</p> <p>De quels nutriments se compose le fromage ? Citez-en trois :</p> <p>1) Eau 2) Lipides 3) Protéines / Hydrates de carbone / Sels minéraux / Vitamines</p> <p>Selon quels critères les fromages sont-ils classés ? Citez en deux :</p> <p>1) Teneur en matières grasse de l'extrait sec 2) Consistance de la pâte</p> <hr/>	5
<p>Question 11</p> <p>Les fromages sont classés selon la consistance de leur pâte. Enumérez un fromage par catégorie citée ci-dessous :</p> <p>Pâte extra dure : Etivaz / Parmesan / Sbrinz / Fromage à rebibes</p> <p>Pâte dure : Gruyère / Emmental / Conté</p> <p>Pâte mi-dure : Tilsit / Appenzell / Tête de moine / Raclette / Vacherin FR</p> <p>Pâte molle (croûte fleurie) : Brie / Tomme vaudoise / Camembert</p> <p>Pâte molle (croûte lavée) : Reblochon / Vacherin Mont-d'Or</p> <p>Pâte molle (à moisissure bleue) : Roquefort / Gorgonzola</p> <p>Fromages frais : Mozzarella / Mascarpone / Séré</p> <p>Fromages fondus : Gerber / Tiger / Kiri</p> <hr/>	4
<p>Question 12</p> <p>Nommez deux facteurs qui influencent la qualité du pain :</p> <p>1) Qualité de la matière première / Cuisson 2) Pétrissage / Fermentation</p> <p>Quel est le rôle du gluten dans une pâte levée ?</p> <p>Le gluten absorbe des liquides, il est responsable de la structure et de la qualité du produit fini</p>	1.5
Report	35

Marchandises	Points	
Report	46.5
Question 17	4.5
Il existe plusieurs formes de grain de riz. Citez-en trois, ainsi que leurs noms et leurs utilisations en cuisine :		
Forme : Rond court Nom : Originario / Camolino Utilisation : Potage / Riz au lait		
Forme : Grain moyen Nom : Vialone / Arborio Utilisation : Risotto		
Forme : Grain long Nom : Caroline / Siam-Patna Utilisation : Créole / Pilaf Salade		
Question 18	4.5
Les légumineuses ont la plus haute teneur en protéines de toutes les variétés de végétaux. Citez trois autres éléments nutritionnels qu'elles nous apportent :		
1) Hydrates de carbone 2) Vitamines 3) Sels minéraux / Fibres alimentaires		
Citez trois produits à base de légumineuses :		
1) Graine entière ou cassée 2) Farine 3) Graine germée (pousses)		
A partir de quelle légumineuse fabrique-t-on le tofu ? Le soja		
Quelle légumineuse allez-vous utiliser pour ces préparations ?		
Chili con carne : Haricots rouges (Red Kidney beans)		
Couscous : Pois chiches		
Question 19	1
Quelle est la différence entre le tofu et le yasoja ?		
Tofu : Bouillir les haricots de soja, réduit en purée pour récolter le lait de soja que l'on fait fermenter comme le fromage		
Yasoja : Mélange de farine et protéines de soja avec de l'eau et des protéines lactiques. Celles-ci permettent d'améliorer considérablement la valeur biologique du mets		
Question 20	3
Soulignez les produits qui ne sont pas des légumineuses :		
Borlotti - <u>Blé</u> - <u>Fèves</u> - <u>Lentilles</u> - <u>Sarrasin</u> - <u>Petits pois</u> - Soja - Pois chiches		
Le rutabaga est un légume racine / tubercule. Citez deux autres légumes de ce type ainsi qu'une utilisation culinaire différente pour chacun d'eux :		
1) Le navet = potage 2) La rave = légume / Le céleri pomme = potage		
Report	59.5

Marchandises		Points	
	Report	59.5
<p>Question 21</p> <p>Quels éléments précieux pour notre alimentation contiennent les fruits ? Citez-en trois :</p> <p>1) Vitamines 2) Sels minéraux 3) Eau / Fibres alimentaires / Fructose (sucre)</p> <p>Certains fruits sont très riches en protéines et en graisses. Lesquels ?</p> <p>Fruits oléagineux</p> <p>A quoi devez-vous faire attention lors de l'achat et du stockage des fruits ?</p> <p>N'acheter que la quantité de fruits nécessaires pour couvrir les besoins immédiats / Les mettre au frigo avec un taux d'humidité de 90% (maxi 3 jours)</p> <p>Comment devrait-on consommer les fruits afin de garder le maximum de substances aromatiques, de vitamines et de sels minéraux ? A l'état cru</p>		3
<p>Question 22</p> <p>Quelles sont les six classifications des fruits ?</p> <p>1) Baies 2) Fruits à coques</p> <p>3) Fruits à pépins 4) Fruits à noyau</p> <p>5) Agrumes 6) Fruits exotiques et tropicaux</p> <p>Fruit d'un arbuste buissonneux toujours vert qui croît dans les pays nordiques. Le fruit cru est très acide. La culture est très répandue en Scandinavie et aux USA. Qui suis-je ? L'airelle rouge</p> <p>Que signifie pour vous le mot « ionisation » ?</p> <p>Prolongement de la conservation des baies par injection de gaz neutralisant la décomposition</p>		4
<p>Question 23</p> <p>Comment appelle-t-on la fraise sauvage ? Fraise des bois</p> <p>Quand récolte-t-on les fraises de culture conventionnelle ? Juin à fin septembre</p> <p>Peut-on garder longtemps les framboises au frigo ? Justifiez votre réponse :</p> <p>Non, les framboises s'altèrent vite au frigo / On doit les consommer rapidement</p> <p>Quel est l'autre nom de la groseille à grappe ? Raisinnet</p> <p>De quelle couleur peuvent être les fruits du groseillier ? Rouge / Rose / Blanche</p> <p>Quel est l'autre nom du cassis ? Groseille noire</p> <p>A quelle période récolte-t-on les myrtilles sauvages ? Juillet à septembre</p>		3.5
	Report	70

Marchandises		Points	
	Report	70
Question 24			
Que signifie l'appellation raisin de table ? Raisin destiné à la consommation comme fruit			
Que signifie l'appellation raisin de cuve ? Raisin destiné à la préparation du vin			
A quelle époque cueille-t-on le raisin ? Fin août à octobre			
Comment appelle-t-on la châtaigne qui contient un seul fruit dans la coque ? Marron			
Quand récolte-t-on les châtaignes ? Octobre à novembre			
Comment appelle-t-on l'enveloppe épineuse qui enrobe le fruit ? Une bogue			
<hr/>		3
Question 25			
On distingue deux sortes d'amandes. Citez-les :			
1) Amande douce 2) Amande amère			
Pourquoi faut-il utiliser des amandes amères crues avec parcimonie ?			
Elles contiennent un poison violent, l'acide prussique			
Comment doit-on stocker les amandes sèches ?			
Au frais et au sec à l'abri de la lumière			
La noisette est le fruit du noisetier ou du ? Coudrier			
On récolte les noisettes à quelle période de l'année ? Septembre à octobre			
<hr/>		3
Question 26			
La noix se compose de trois parties, quelles sont-elles ?			
1) Un brou vert 2) Une coque dure et ligneuse 3) Cerneaux			
Comment appelle-t-on les cerneaux de noix qui sont abîmés ? Des invalides			
Les noix se gardent que peu de temps, car elles deviennent rances. Pourquoi ?			
Elles ont une grande teneur en matières grasses			
Quelle est la noix que l'on confondait au siècle dernier avec la noix de Grenoble, qui est cultivée aux USA ? La noix de pécan			
<hr/>		3
	Report	79

Marchandises		Points	
	Report	79
<p>Question 27</p> <p>Citez deux pommes qui conviennent à la consommation crue :</p> <p>1) Golden / Primerouge / Red-délicious / Cloche 2) Grany Smith / Starting</p> <p>Citez deux pommes qui conviennent à la consommation cuite :</p> <p>1) Reinette du Canada / Jonagold / Maigold 2) Idared / Gravenstein / Boscop</p> <p>A quelle période de l'année récolte-t-on les pommes ? Septembre à fin octobre</p> <p>Citez deux variétés de poires :</p> <p>1) Williams / Beurre Hardy 2) Passe-crassane / Conférence</p> <p>De quel fruit s'agit-il ? Issu de la pollinisation naturelle entre un poirier et un pommier. Ce fruit à la forme d'une pomme et le goût de la poire : Le naschi</p> <hr/> <p>Question 28</p> <p>Le coing se prête parfaitement bien à la confection de gelée, pourquoi ?</p> <p>Riche en pectine</p> <p>A quelle période de l'année récolte-t-on les coings ? Septembre à début novembre</p> <p>Citez deux apprêts culinaires avec le coing :</p> <p>1) Garniture de gibier / Pâte de fruit 2) Confiture / Marmelade / Entremets</p> <p>Dans quelle classification de fruit mettriez-vous l'abricot ? Fruit à noyau</p> <p>Quelle est la vitamine dont l'abricot est très riche ? A</p> <p>Quand récolte-t-on les abricots en Suisse ? Fin juin à mi-août</p> <hr/> <p>Question 29</p> <p>Comment appelle-t-on le cerisier sauvage ? Le merisier</p> <p>Les cerises sont rassemblées en trois sous-groupes. D'après les descriptions ci-dessous, citez les trois variétés manquantes :</p> <p>Fruit en forme de cœur, douce, noire à rouge foncé : Guignes</p> <p>Gros fruit à chair ferme, de couleur vieil ivoire à rouge tendre : Bigarreaux</p> <p>Fruit aigre à cueillir quand sa robe passe du rouge vif au rouge brun : Griottes</p> <p>Quand a lieu, en général, la cueillette des cerises en Suisse ? Mi-juin à début août</p>		4
		3.5
		2.5
	Report	89

Marchandises		Points	
	Report	89
Question 30			
Quelles sont les deux sortes de pêches ?			
1) Chair blanche 2) Chair jaune			
A quelle période de l'année récolte-t-on les pêches ? Mi-juillet à fin août			
Comment appelle-t-on le fruit obtenu par croisement entre la prune et la pêche ou la chair n'adhère pas au noyau : Nectarine			
Comment appelle-t-on le fruit obtenu par croisement entre la prune et la pêche ou la chair adhère au noyau : Brugnon			
Les prunes sont classées en quatre grandes catégories. Citez le type de chacune catégorie manquante :			
Prune ronde et jaune du type : Mirabelle			
Grosse prune verte et ronde du type : Reine-claude			
Prune allongée et violette du type : Quetsche			
Comment appelle-t-on une prune séchée ? Pruneaux			
		4.5
Question 31			
Quelle différence y a-t-il entre de la confiture et de la marmelade ?			
Marmelade : Le fruit est réduit en purée			
Confiture : Contient des fruits non passés			
Comment prépare-t-on les fruits confits à la moutarde (mostarda) ?			
Cuisson douce des fruits dans une solution de sucre et de moutarde			
Comment peut-on différencier une clémentine d'une mandarine ?			
La clémentine n'a pas de pépins alors que la mandarine a des pépins			
		2
Question 32			
L'orange couvre plus de la moitié de nos besoins quotidiens en une certaine vitamine. Laquelle ? La vitamine C			
Combien de temps faut-il pour que les oranges arrivent à maturité ?			
De 10 à 12 mois			
La variété de clémentine tangerine est très petite, sans pépin, son écorce n'est pas liée à la chair. Elle sert de base à la confection d'une liqueur. Laquelle ?			
Le curaçao			
A quelle température faut-il conserver l'ananas ? De 15°et 20°C (sensible au froid)			
		2
Report		97.5

Marchandises	Points	
<div style="text-align: right; border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 0 auto;">Report</div> <p>Question 33</p> <p>Avec quelle orange confectionne-t-on l'orangeat ? L'écorce de l'orange amère</p> <p>Quel est le petit agrume, ressemblant à un citron, qui a une écorce verte fine ? Lime / Limette</p> <p>Comment appelle-t-on l'arbre qui produit les oranges amères ? Un bigaradier</p> <p>Quand le citronnier fructifie-t-il ? Toute l'année</p> <p>Le pomelo est le plus gros des agrumes, il est hybride de deux agrumes. Lesquels ? Le pamplemousse et l'orange</p> <p>Comment appelle-t-on cette petite orange cultivée dans le sud de l'Italie. L'essence de son zeste est très réputée pour son odeur douce ? La bergamote</p> <hr style="border: 2px solid gray;"/>	97.5
<p>Question 34</p> <p>Le bananier est-il un arbre ou une herbe ? C'est une herbe même la plus grande, elle peut atteindre 10 m de haut</p> <p>Sur la plante, les bananes sont assemblées en bouquet. Comment s'appelle-t-il ? Un régime</p> <p>Quelle température minimale la banane exige-t-elle lors du transport et du stockage ? De 10° à 12°C</p> <p>Comment appelle-t-on l'arbre qui produit les dattes ? Le palmier dattier</p> <hr style="border: 2px solid gray;"/>	3
<p>Question 35</p> <p>Quelle est l'utilisation particulière du jus de papaye ? Pour attendrir la viande « la papaine hydrolyse les protéines »</p> <p>Comment appelle-t-on l'arbre qui produit des kakis ? Un plaqueminier</p> <p>Quel nutriment principal le pain contient-il ? Environ 52% d'hydrates de carbone (amidon)</p> <p>Pourquoi les pains complets ont-ils, du point de vue de la diététique, plus de valeur que le pain blanc ? Les pains complets ont une haute teneur en couches extérieures du grain (son) et ainsi davantage de vitamines, sels minéraux et cellulose</p>	2
Report	104.5

Marchandises	Points	
Report	104.5
<p>Question 36</p> <p>Que nous apporte l'avocat dans notre alimentation ? Citez deux éléments :</p> <p>1) Très riche en matières grasses poly-insaturées</p> <p>2) Vitamine A / Potassium</p> <p>Le bassin méditerranéen nous fournit deux variétés de figues différenciées par la couleur de leur peau. Citez-les :</p> <p>1) Peau violette 2) Peau verte / Peau blanche</p> <p>Comment appelle-t-on la plante qui produit les figues de barbarie ? Variété de cactus</p> <p>Le kiwi est originaire de Chine. Quel est son deuxième nom ? Groseille épineuse de Chine</p> <p>Quels sont les éléments nutritifs que nous apporte le kiwi dans notre alimentation ? Citez-en deux :</p> <p>1) Très riche en calcium, phosphore, fer 2) Vitamine C</p>	4
<p>Question 37</p> <p>De quelles plantes extrait-on le sucre ? Citez les deux plus importantes :</p> <p>1) Betterave sucrière 2) Canne à sucre</p> <p>Nous trouvons plusieurs formes de sucres en cuisine. Citez leur nom selon leurs provenances :</p> <p>Sucre provenant de l'amidon de la pomme de terre ou maïs : Glucose</p> <p>Sucre provenant des fruits : Fructose</p> <p>Sucre provenant du lait et du fromage : Lactose</p> <p>Sucre provenant des céréales en germination : Maltose</p>	3
<p>Question 38</p> <p>Comment appelle-t-on le sucre brut enrobé de mélasse ? Cassonade (sucre roux)</p> <p>Quel est le produit naturel qui contient beaucoup de sucre inverti ? Miel</p> <p>Quelle est la sorte de sucre la plus utilisée en cuisine ? Sucre cristallisé</p>	1.5
Total	113