



PROJET PEDAGOGIQUE: LE TRIPTYQUE GOURMAND

Mme Carruesco

Objectif de la séance

Dans le cadre des enseignements en hôtellerie-restauration, ce projet vise à développer chez les élèves :

- la créativité culinaire et sensorielle
- la cohérence des accords mets-boissons
- la maîtrise des techniques de transformation simples
- l'utilisation raisonnée de l'intelligence artificielle comme outil d'aide à la création

Contenu séance:


- Les élèves travaillent en binôme cuisine/service afin de concevoir un triptyque gourmand cohérent :
- un plat végétarien (réalisé par l'élève en cuisine)
- un beurre remanié qui accompagne le plat
- une boisson originale en accord avec celui-ci
- L'intelligence artificielle Mizou est utilisée comme assistant de recherche et de structuration des idées, mais les élèves doivent garder un esprit critique afin de vérifier la faisabilité des propositions.
- Les ingrédients disponibles pour la création sont limités à une liste imposée afin de stimuler l'inventivité.

Partie 1 – Trouver le fil rouge du projet

Consigne : À l'aide de la fiche de synchronisation du triptyque gourmand, les élèves définissent la cohérence globale du projet.

Ils doivent déterminer :

- une thématique gustative commune
- le plat végétarien
- les produits marqueurs qui relieront :
 - le plat
 - la boisson
 - le beurre remanié


 L'objectif est de créer une identité gustative commune **ANNEXE 1**

Partie 2 – Création de la boisson avec l'aide de Mizou

Consigne : 2 équipes: Les élèves utilisent Mizou comme assistant de réflexion pour construire leur boisson.

À partir de leur fil rouge et de la liste d'ingrédients autorisés, ils doivent demander à l'IA :

- une idée de boisson cohérente avec le plat
- un équilibre aromatique
- une méthode de réalisation précise
- des dosages réalistes

 Les élèves remplissent ensuite leur fiche boisson **ANNEXE 2**



PROJET PEDAGOGIQUE: LE TRIPTYQUE GOURMAND

Mme Carruesco

Partie 3 – Création du beurre remanié avec l'aide de Mizou

Consigne : Les élèves utilisent ensuite Mizou pour concevoir un beurre aromatisé cohérent avec le plat et la boisson.

Objectifs :

- apporter une touche aromatique complémentaire
- renforcer le fil rouge gustatif
- proposer une recette techniquement réalisable en atelier



Les élèves complètent leur fiche beurre **ANNEXE 3**

Partie 4– Mise en pratique en atelier

Consigne : Les élèves passent ensuite à la réalisation concrète. Ils doivent :

- préparer leur boisson
- réaliser leur beurre remanié
- ajuster les assaisonnements
- vérifier la cohérence avec le plat

Objectifs :

- tester la faisabilité des recettes proposées par l'IA
- adapter les quantités et assaisonnements
- travailler la présentation

Partie 5– Esprit critique et corrections

Consigne : Après la réalisation, les élèves analysent leur production. Ils doivent se poser plusieurs questions :

Analyse sensorielle

- L'accord avec le plat fonctionne-t-il ?
- Les saveurs sont-elles équilibrées ?
- Le fil rouge est-il perceptible ?

Analyse technique

- Les recettes proposées par l'IA étaient-elles réalistes ?
- Quelles adaptations ont été nécessaires ?

Analyse critique de l'IA

- L'IA a-t-elle proposé des idées pertinentes ?
- Y avait-il des erreurs ou incohérences ?
- Que faudrait-il corriger ou améliorer ?



Chaque binôme propose ensuite une version améliorée de sa recette **ANNEXE 4**



ANNEXE 1

Mme Carruesco

Le Triptyque Gourmand : Guide de Synchronisation en Binôme

Expliquer le processus de collaboration entre la cuisine et le service pour créer une harmonie parfaite entre un plat, un beurre et une boisson.

Étape 1 : Définition de l'Identité Commune



Le Fil Rouge Thématique

Choisir une thématique de saveurs unique lex: Fraicheur printanière) pour garantir la cohérence du projet.



Le Plat Végétarien Référent

Identifier les ingrédients principaux et le profil aromatique (terreux, acide, épicé, etc.) pour guider les accords.

Aide au choix du profil aromatique dominant pour le plat

Profil Aromatique	Exemples de Saveurs
Terreux	Champignons, Noisettes
Acide	Agrumes, Vinaigres
Sucré/Salé	Miel, Epices douces

Étape 2 : Harmonisation et Optimisation IA



Le Duo Boisson & Beurre Remanié

Définir si la boisson est chaude/froide



...et si le beurre sert d'assaisonnement ou d'accompagnement.



Dialogue Stratégique avec l'IA (MIZOU)

Utiliser des prompts précis pour obtenir des dosages réalistes et des méthodes de fabrication techniques.



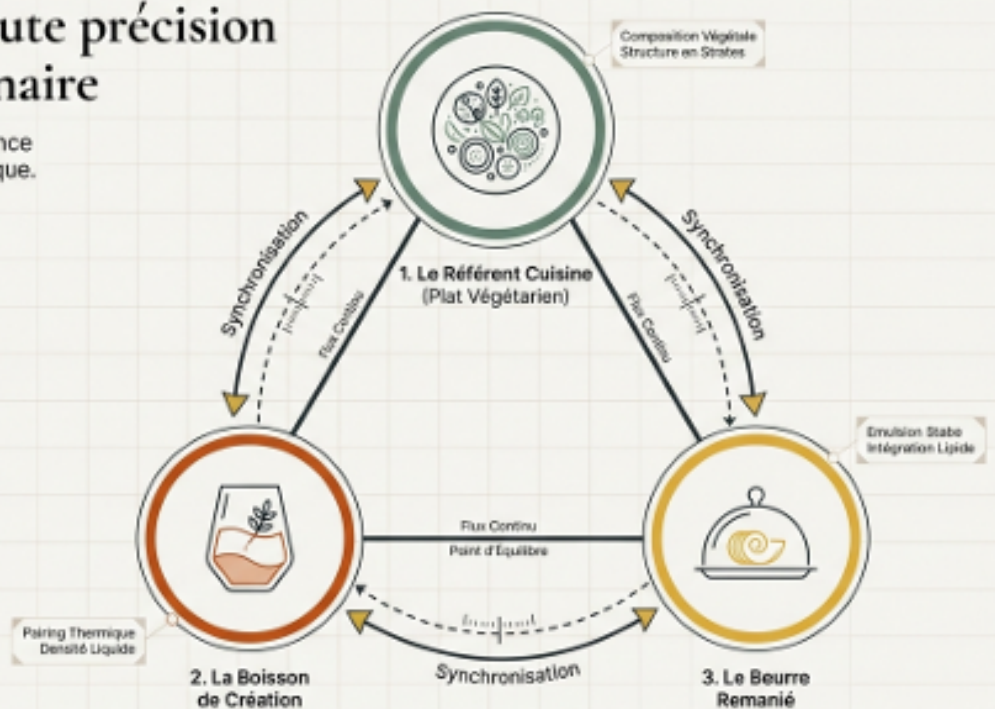
Esprit Critique et Faisabilité

Vérifier systématiquement les propositions de l'IA pour garantir leur réalisation possible en atelier.

© NotebookLM

Un exercice de haute précision en ingénierie culinaire

L'enjeu majeur réside dans la cohérence structurelle et l'équilibre organoleptique.



© NotebookLM

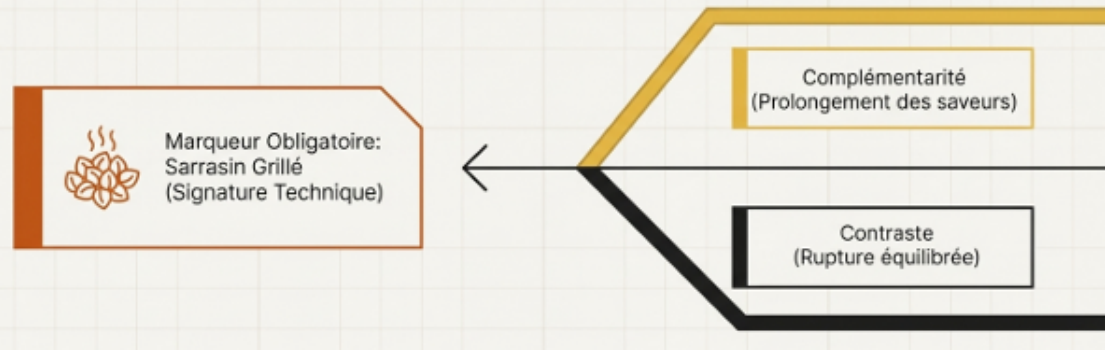


ANNEXE 2: FICHE BOISSON EQUIPE 1

Mme Carruesco

Mission Équipe 1 : La Boisson Chaude

Concevoir une boisson capable de dialoguer avec le plat végétarien référent.



Ingrédients	dose en cl	Méthode d'élaboration

L'Inventaire Strict : Les Boissons



Le respect de cette liste est une contrainte technique stricte.

Bases et Liquides

- Lait
- Jus de pomme
- Jus de raisin
- Perrier
- Café
- Thé

Aromates et Sucrants

- Miel
- Cacao amer
- Bâton de cannelle
- Gingembre

Fruits et Végétaux

- Orange
- Pomme
- Citron
- Concombre
- Jus de carotte

Graines

- Graine de sésame
- Sarrasin grillé





ANNEXE 2: FICHE BOISSON EQUIPE 2

Mme Carruesco

Mission Équipe 2 : La Boisson Froide

Une création axée sur la fraîcheur et la netteté aromatique pour fluidifier la dégustation.

Marqueur Végétal Impératif :
Inclusion d'un élément végétal frais :
Concombre OU Carotte.



Objectif : Accord aromatique de précision.

Ingrédients	dose en cl	Méthode d'élaboration

L'Inventaire Strict : Les Boissons



Le respect de cette liste est une contrainte technique stricte.

Bases et Liquides

- Lait
- Jus de pomme
- Jus de raisin
- Perrier
- Café
- Thé

Aromates et Sucrants

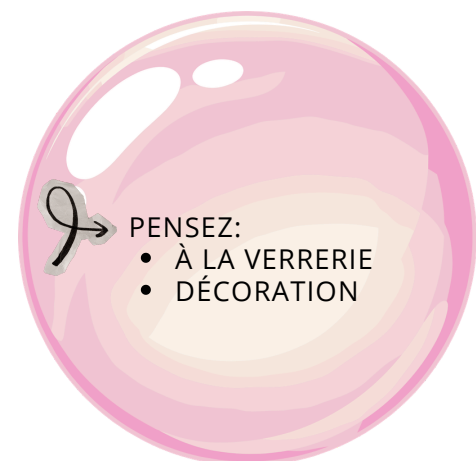
- Miel
- Cacao amer
- Bâton de cannelle
- Gingembre

Fruits et Végétaux

- Orange
- Pomme
- Citron
- Concombre
- Jus de carotte

Graines

- Graine de sésame
- Sarrasin grillé





ANNEXE 3: EQUIPE 1 ET 2

Mme Carruesco

Le Beurre Remanié : Le Vecteur de Liaison

Plus qu'un accessoire, il doit remplir l'un de ces deux rôles stricts :

Le pont entre la cuisine et le service

Ingrédients	Qté	Méthode d'élaboration

T

L'Inventaire Strict : Le Beurre

Corps Gras - Beurre (base)	Condiments et Textures - Parmesan - Algues - Oignon - Ail - Noix - Sésame - Sarrasin	Herbes Aromatiques - Persil - Coriandre - Romarin - Thym - Aneth
	Épices - Cannelle - Cumin - Curry - Poivre (et autres disponibles)	Éléments de Fraîcheur - Citron - Pomme - Orange (zestes, jus ou garniture fine)





ANNEXE 4: ANALYSE ET MESURES CORRECTIVES

Mme Carruesco

Analyse sensorielle

- L'accord avec le plat fonctionne-t-il ?
- Les saveurs sont-elles équilibrées ?
- Le fil rouge est-il perceptible ?

Analyse technique

- Les recettes proposées par l'IA étaient-elles réalistes ?
- Quelles adaptations ont été nécessaires ?

Analyse critique de l'IA

- L'IA a-t-elle proposé des idées pertinentes ?
- Y avait-il des erreurs ou incohérences ?
- Que faudrait-il corriger ou améliorer ?



ANNEXE 5: POUR ALLER PLUS LOIN

Mme Carruesco

A partir du travail que vous venez de réaliser proposez avec l'aide de l'IA NOTEBOOK: une présentation de votre travail.

Nous devons y retrouver les éléments suivants:

- fiche boisson/ beurre
- le visuel boisson/beurre : prise de photo, croquis
- votre retour d'expérience: analyse, esprit critique, mesures correctives, leviers/freins.