LA MARCHE EN AVANT

A retenir

Définition :

Les produits propres ne doivent pas croiser les produits sales.

1) Qu'est ce que la marche en avant ?

Admettons que votre cuisine ait une porte par laquelle vous arrivez avec vos courses et une autre, à l'opposé, où se trouve la salle à manger.

Idéalement on trouverait dès votre entrée dans la cuisine une zone de nettoyage (avec les poubelles), puis une zone de stockage (avec les réfrigérateurs), puis une zone de préparation (avec les plans de travail), une zone de cuisson, pour arriver enfin dans la salle à manger.

On peut considérer que les bactéries, les germes et autres produits chimiques nuisibles pour la santé se trouvent dans les produits « sales ».

On enlève des produits « sales » toutes ces choses pour en faire des produits « propres ».

2) Que faut-il faire pour respecter la marche en avant ?

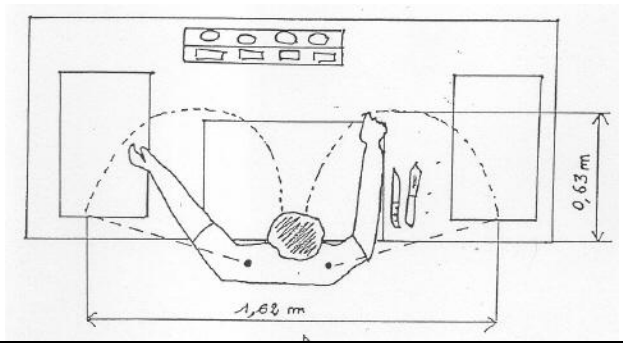
C'est pour être en accord avec ce principe qu'il faut respecter une série de règles de bon sens pour cuisiner proprement :

- ✓ Laver les légumes et les fruits avant de les cuisiner
- ✓ Ne pas conserver les produits frais dans leur emballage du commerce
- ✓ Nettoyer régulièrement votre plan de travail et votre matériel : ainsi, vous avez toujours un couteau et une planche propre pour continuer à préparer votre repas,
- ✓ Tenir éloigner les produits propres des produits sales,
- ✓ Au réfrigérateur, ranger les produits « propres » dans des boîtes séparées des produits « sales »
- ✓ Nettoyer régulièrement votre réfrigérateur
- ✓ Ne jamais travailler au dessus de la poubelle (c'est tentant d'éplucher son oignon au dessus plutôt que de prévoir un récipient à côté de votre planche. Combien d'entre vous auraient le réflexe de récupérer l'oignon dans la poubelle ?)

LA MARCHE EN AVANT

- ✓ Ne pas accumuler la vaisselle sale dans l'évier : c'est décourageant de voir une pile d'ustensiles à nettoyer,
- ✓ Nettoyer au fur et à mesure votre espace et votre matériel : vous ne perdrez pas plus de temps et au moment de passer à table, votre cuisine est propre.
- ✓

3) La marche en avant sur le plan de travail

gauche		droite

Un droitier doit travailler de la gauche vers la droite.

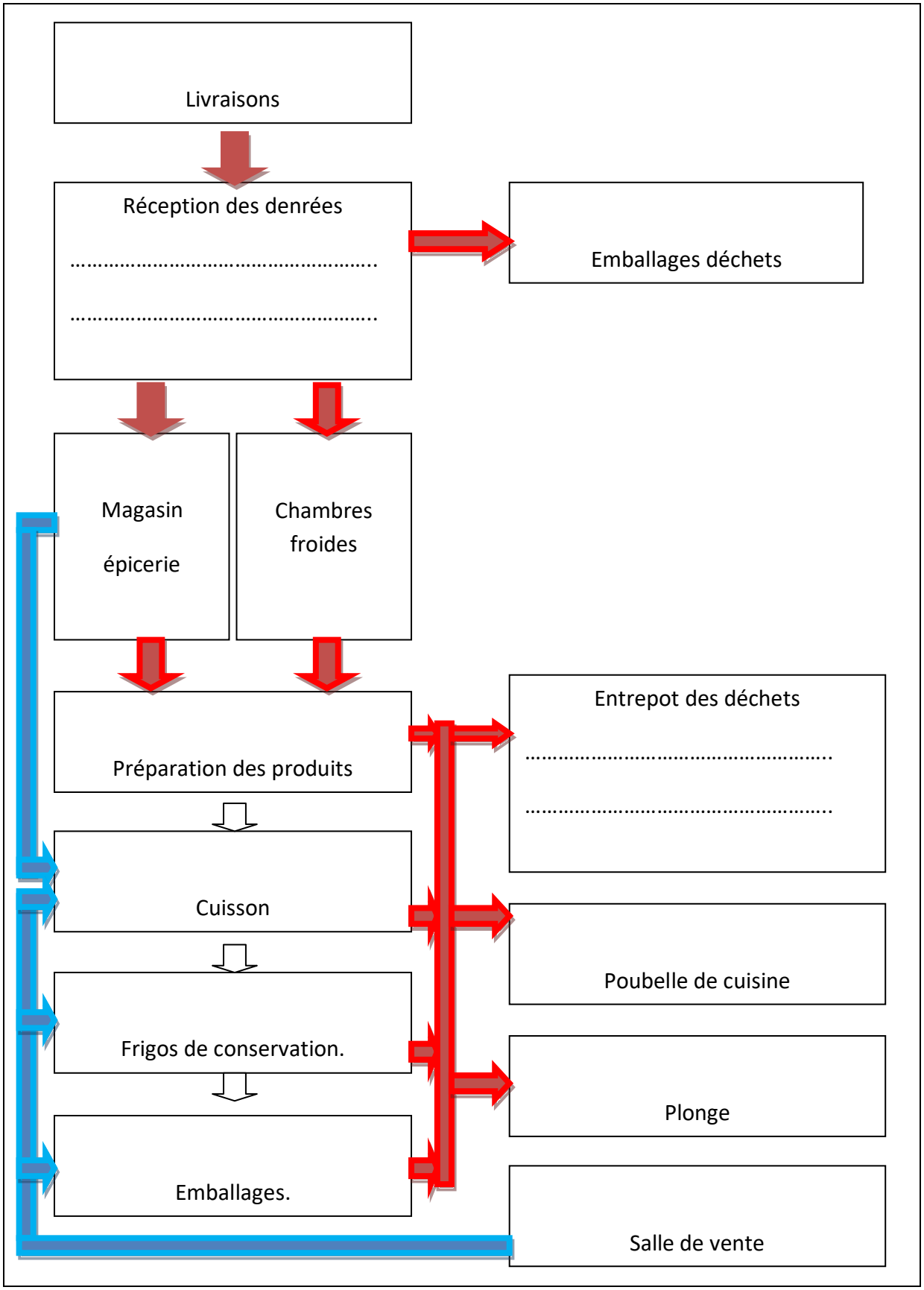
Un gaucher doit travailler de la droite vers la gauche

4) La marche en avant en cuisine

Le circuit de la marche en avant peut être schématisé de la manière suivante :

- ➢ Remplir les cases du schéma,
- ➢ Colorier en bleu les circuits représentant les produits « propres »,
- ➢ Colorier en rouge les circuits représentant les produits « sales ».

LA MARCHE EN AVANT



LA MARCHE EN AVANT

Placer à la bonne place dans le schéma ci-dessus :

- Cuisson
- Réserve des produits
- Réception des produits
- Poubelle cuisine
- Plonge
- Emballage
- Salle de vente
- Entrepôt des déchets
- Salle de vente
- Livraisons
- Emballages déchets
- Frigos
- Préparation des produits (lavage, épluchage, etc..)