

# Aide-cuisinier(ère)

## Responsabilités

### Nature du travail

Un(e) aide-cuisinier(ère) réalise des tâches simples en vue d'accélérer l'assemblage des mets destinés aux clients. Cette personne est en charge de l'hygiène et de la salubrité, de la conservation des aliments ainsi que de la réception et l'entreposage des provisions.

### Quelques exemples de tâches

- Nettoyer, peler, couper, hacher et emballer les aliments
- Peser et préparer les ingrédients nécessaires aux recettes
- Assembler les différents ingrédients en suivant les recettes
- Nettoyer les surfaces de travail, les outils et les équipements

« ON A UNE ÉQUIPE SUPER.  
DES FOIS, ON FAIT NOTRE PRÉPARATION  
AVEC DE LA MUSIQUE ET ON DANSE! »

*Sylvie Sotomey, aide-cuisinière*

## Compétences et traits de personnalité requis



### Il faut aimer :

- Manipuler les aliments
- Travailler manuellement
- Travailler en équipe
- Effectuer une variété de tâches simples



### Il faut démontrer :

- Un sens aiguisé de la propreté
- De la dextérité et de la vitesse dans l'exécution
- Un souci d'éviter le gaspillage
- Une bonne capacité de concentration
- Une bonne mémoire



### Il faut être :

- Méthodique
- Organisé(e)
- Alerté
- Résistant(e) au stress



## Pourquoi choisir ce métier ?

### Accessibilité

Aucune expérience en cuisine requise!

### Diversité des mets cuisinés

Il y en a pour tous les goûts : cuisine italienne, asiatique, créole, etc.

### Milieus de travail variés

Restos, hôtels, pourvoiries, stations de ski, etc. : à vous de décider!

### Travail d'équipe et adrénaline

Ça bouge et on ne voit pas le temps passer!

### Progression de carrière

Devenir chef, pourquoi pas ? Rien n'est impossible!

### Mobilité

Un métier que vous pouvez exercer partout au Québec!

### Flexibilité

Pas de 9 h à 17 h : pour les gens qui aiment la variété, c'est l'idéal!

## Conditions de travail



### Salaire moyen:

13,42 \$/heure



### Statut d'emploi:

Temps plein ou temps partiel



### Horaires:

Variés, permettent une grande flexibilité: de jour, de soir, de fin de semaine



### Saisonnalité:

Emploi saisonnier (moins de 40 semaines par année) dans les pourvoires, les clubs de golf, certains attrails et les stations de ski



### Environnement:

- Travail d'équipe
- Dans une cuisine, parfois à la chaleur

## Prérequis

**78 %**

DES EMPLOYEURS N'EXIGENT  
**AUCUNE EXPÉRIENCE**

**85 %**

DES EMPLOYEURS N'EXIGENT  
**PAS D'ÉTUDES**

Pour les autres:  
diplôme d'études secondaires (DES)

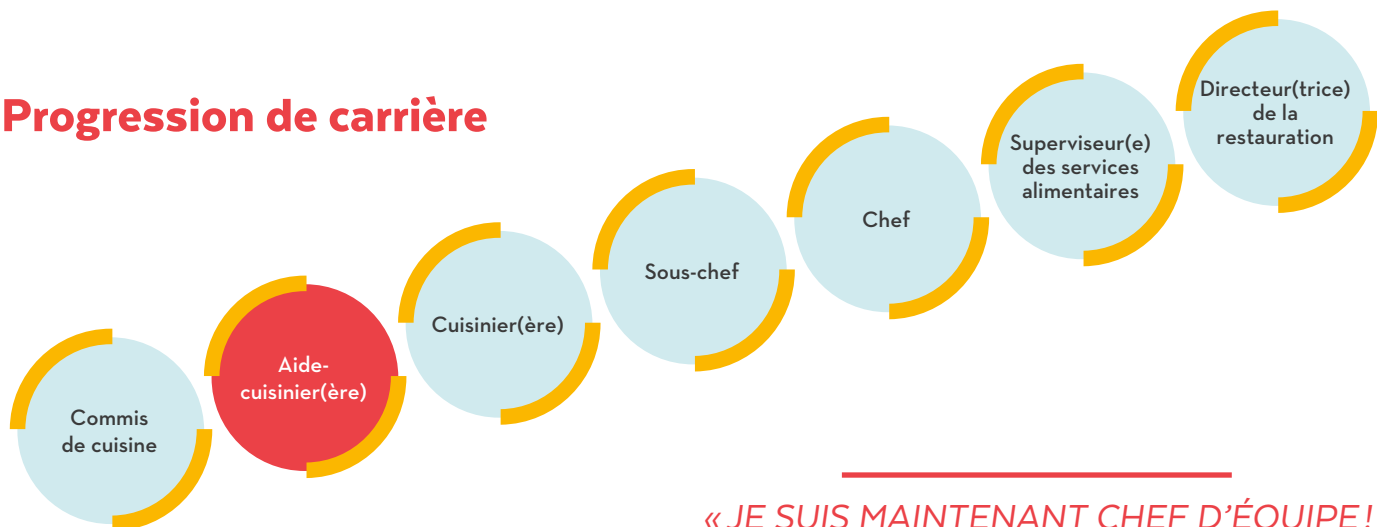
## Programme d'études possible

AEP en Cuisine de restauration rapide

## Atout

Détenir un certificat du MAPAQ en hygiène et salubrité alimentaire, si la formation n'est pas fournie par l'employeur lui-même

## Progression de carrière



« JE SUIS MAINTENANT CHEF D'ÉQUIPE!  
C'EST MOI QUI AI LA RESPONSABILITÉ  
DE VÉRIFIER SI TOUT EST BIEN FAIT,  
MAIS AUSSI DE FORMER LES NOUVEAUX. »

Laurence Leblanc, aide-cuisinière