

🚩 Laura SAHY
7 rue Haut de la Baumette 49000 Angers
06.75.82.62.33 / laura.sahy@gmail.com
23 ans
Permis B : non / scooter : oui



EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

- Avril 2018 – Août 2018 **Commis de cuisine** au restaurant Bella Vita de l'hôtel Kyriad Beaucozéz – 8 av Aliénor d'Aquitaine 49070 Beaucozéz.
- Fév 2017 – Janv 2018 **Apprentie** au restaurant Les Amis des Messina – 81 rue Réaumur 75002 Paris.
 - Découverte et apprentissage de la cuisine sicilienne à partir de produit bio et siciliens
- Oct 2016 – Janv 2017 **Apprentie** aux restaurants Gallina et IMA – 37 quai de Valmy 75010 Paris.
 - Service en salle chez Gallina
 - Apprentissage de la cuisine végétarienne chez IMA
- Sept 2015 – Août 2016 **Apprentie** à La Table du Lancaster** de l'Hôtel Lancaster – 7 rue de Berri, 75008 Paris.
 - Coordination de la mise en place et du service gastronomiques du petit déjeuner et du room service
 - Application de la méthode HACCP
 - Optimisation des stocks et des commandes
 - Entretien impeccable du poste
 - Réception et vérification des commandes (qualité et quantité des produits)
 - Production rationnelle du repas du personnel (50 couverts/jour)
- Janvier 2015 – Mai 2015 **Aide catering** lors d'événements télévisés – Egg Cetera, Siège 3 place Henri Chapays, 38600 Fontaine.
 - Réalisation d'une mise en place quantitative (300 couverts)
 - Création de menu
 - Préparation et harmonisation de la salle et du buffet
 - Réapprovisionnement en continu du buffet
- Janv à Oct 2014 et Mai à Juill 2015 **Commis de cuisine** (CDD) – Petit Bain, 7 port de la Gare, 75013.
 - Création d'une carte
 - Organisation et hygiène de la cuisine
 - Gestion des stocks (objectif zéro gaspillage)
 - Soirées à thèmes : élaboration de plats thématiques et animations
 - Responsable de la cuisine occasionnellement

FORMATIONS

- Sept 2016 **BTS hôtellerie-restauration option B, art culinaire, art de la table et du service.**
- Sept 2015 **Mise à niveau, CAP en 1 an** – Au CFA Médéric, 20 rue Médéric, 75017 Paris.
- Juin 2013 **Baccalauréat Economique et Social** – Au lycée Jean Jaurès, 93100 Montreuil.

COMPETENCES

- Préparer, confectionner et dresser les plats à partir de denrées brutes
- Maîtriser les règles d'hygiène et de sécurité (méthode HACCP) ainsi que les modes de conservation
- Organiser et entretenir le poste de travail et ses équipements
- Connaître les produits et en évaluer la qualité

CENTRE D'INTERETS

- Langues : Anglais/ Espagnol – niveau scolaire. - Informatique : PackOffice
- Loisirs : cuisine du monde, naturopathie, littérature, voyages