



oxalis
École de cuisine végétale

Beroepsopleiding in de plantaardige keuken

8 culinaire ontwikkelingsmodules – editie 2026

Leer de keuken van morgen kennen!

Oxalis - Plantaardige kookschool

1145 Steenweg van Waver 1160 Oudergem

Algemene presentatie

Deze training is bedoeld voor **(toekomstige) horeca professionals , mensen die van baan veranderen of liefhebbers die zich willen verdiepen** in de plantaardige keuken.

In **8 tweedaagse thematische modules** worden **kooktechnieken , creativiteit en duurzaamheid** gecombineerd , zodat iedereen een **solide, professionele en inspirerende basis kan verwerven in de plantaardige keuken .**

Elke module wordt geleid door **deskundige docenten die gespecialiseerd zijn** in plantaardige en duurzame voeding. De lesmethode wisselt **theoretische input , technische demonstraties en intensieve praktijkoefeningen af** in een collaboratieve en ervaringsgerichte aanpak.

Trainingsdoelstellingen

- Leer de **basistechnieken** van 100% plantaardig koken.
- Ontdek de **producten, texturen en smaken** die specifiek zijn voor de plantenwereld.
- Ontwikkelen van een **creatieve en duurzame benadering** van de hedendaagse keuken.
- Het versterken van de **professionele autonomie** en het innovatievermogen.
- Een **ecologisch verantwoorde aanpak integreren** in de dagelijkse kookpraktijk.

Formaat en organisatie

- **8 thematische modules** van elk 2 dagen
- **Openingstijden:** maandag en dinsdag van 8.00 tot 16.00 uur
- **Locatie:** Oxalis School of Plant-Based Cooking, 1145 Chaussée de Wavre, 1160 Oudergem
- **Doelgroep:** Horeca-professionals, ervaren koks of ervaren amateurs, projectleiders, mensen die in een carrièreswitch zitten.
- **Begeleiding:** deskundige trainers op het gebied van plantaardig koken en bakken, voeding, duurzame keuken en culinaire pedagogie



Kalender 2026

Data	Module	Sprekers
9–10 februari	Module 1 – Basisprincipes van plantaardig koken en werken met groenten	Constance De Keyzer en Corentin Crutzen
23–24 maart	Module 2 – Gourmetzaden en plantaardige eiwitten	Justine Rist en Corentin Crutzen
20–21 april	Module 3 – Bouillons, sauzen en specerijen	Pauline Steiner en Angélique Henzel
18–19 mei	Module 4 – Catering, streetfood & bistronomie	Hind Mellah en Corentin Crutzen
15–16 juni	Module 5 – Duurzaam koken en ontmoeting met veldactoren	Thècle Dubuis, Adeline Barras & Elliott Van de Velde
21–22 september	Module 6 – Plantaardig gebak	Nicolas Bastille en Corentin Crutzen
19–20 oktober	Module 7 – Allergeenvrij koken en fermenteren	Thècle Dubuis en Shira Benarroch
16–17 november	Module 8 – Voedsel fotografie & het samenstellen van een plantaardig menu	Pauline Steiner, Angélique Henzel, Estelle Decorte & Corentin Crutzen

Onderwijsmethoden

- **Actiegerichte training:** afwisseling tussen theorie, praktijk en formatieve feedback.
- **Samenwerkend leren:** in tweetallen werken, ideeën uitwisselen en vergelijkende proeverijen.
- **Ervaringsgerichte benadering:** sensorische exploratie, creativiteit en professionele rollenspellen.
- **Individuele ondersteuning:** vaardigheidsmonitoring, persoonlijke feedback en advies.



Module-inhoud

*Dit programma dient als leidraad en kan onderhevig zijn aan kleine aanpassingen.
De gedetailleerde inhoud van elke module vindt u vanaf pagina 7.*

- **Module 1 – Basisprincipes van plantaardig koken en werken met groenten**

Voedingsprincipes van een uitgebalanceerd plantaardig dieet, werken met groenten, moderne kookmethoden die textuur en smaak verbeteren, werken met seizoensgebondenheid.

Doel: de technische basisprincipes onder de knie krijgen en de logica van een evenwichtige plantaardige keuken begrijpen.

Trainer: Constance De Keyzer & Corentin Crutzen.

- **Module 2 – Gourmetzaden en plantaardige eiwitten**

Ontdekking, bereiding en verbetering van verschillende granen, peulvruchten en plantaardige eiwitten in al hun vormen (tofu, tempeh, seitan, getextureerd soja-eiwit...).

Doel: evenwichtige, smakelijke en textuurrijke gerechten creëren, met onder andere granen en peulvruchten.

Trainers: Justine Rist & Corentin Crutzen.

- **Module 3 – Bouillons, sauzen en specerijen**

Ontdek en beheers de basisprincipes van groentesauzen (koud, warm en zoet), bouillons en het gebruik van smaakmakers met behulp van traditionele en moderne technieken.

Doel: groentesauzen ontwikkelen, een gerecht rondom een saus structureren en het smaakprofiel ervan verrijken.

Trainers: Pauline Steiner & Angélique Henzel.

- **Module 4 – Catering, streetfood & bistronomie**

Ontwikkel creativiteit en aanpassingsvermogen om smakelijke, visuele en originele recepten te ontwerpen in verschillende contexten (catering, fastfood, bistronomie).

Doelstelling: het beheersen van de productie-, opleidings- en organisatietechnieken die specifiek zijn voor deze contexten.

Trainers: Hind Mellah & Corentin Crutzen.



- **Module 5 – Duurzaam koken en ontmoeting met veldactoren**

Inzicht krijgen in de uitdagingen van duurzaam voedsel en de impact van voedselkeuzes op de gezondheid, het milieu en de economie, actiepunten identificeren, duurzame producten selecteren en een ontmoeting hebben met de oprichters van het gastronomische restaurant Entropy.

Doelstelling: een ethische, lokale en ecologisch verantwoorde benadering integreren in de culinaire praktijk.

Trainers: Thècle Dubuis, Adeline Barras & Elliott Van de Velde.

- **Module 6 – Plantaardig gebak**

Ontdek de basisprincipes en specifieke ingrediënten van het maken van 100% plantaardig banket. Beheers de technieken om klassieke ingrediënten (eieren, melk, boter) te vervangen door plantaardige alternatieven.

Doel: de basisbeginselen van het maken van 100% plantaardig gebak onder de knie krijgen en de eigen creativiteit ontwikkelen om esthetisch aantrekkelijke, heerlijke gebakjes te creëren die in balans zijn qua smaak en textuur.

Trainers: Nicolas Bastille & Corentin Crutzen

- **Module 7 – Allergeenvrij koken en fermenteren**

Voedselallergenen in een professionele omgeving identificeren en beheren, technieken voor het vervangen van allergene producten kennen en gebruiken, inleiding tot verschillende fermentatietechnieken (lactofermentatie, gefermenteerde dranken).

Doelstelling: de kookkunst aanpassen aan specifieke diëten en fermentatie gebruiken in de kookkunst om originele bereidingen te ontwikkelen die geschikt zijn voor de gastronomie.

Trainers: Thècle Dubuis & Shira Benarroch.

- **Module 8 – Voedsel fotografie & het samenstellen van een plantaardig menu**

Samenstellen van een 100% plantaardig menu op basis van een verrassingsmand en kennismaking met professionele foodfotografie.

Doelstelling: alle verworven vaardigheden in de praktijk brengen en de eigen creaties visueel versterken om ze te promoten.

Trainer: Pauline Steiner, Angélique Henzel, Estelle Decorte & Corentin Crutzen.



Onderwijzend personeel

Het Oxalis-team bestaat uit **gerenommeerde chef-koks en experts** op het gebied van plantaardige gerechten, voeding, patisserie en duurzaamheid.

Hun gemeenschappelijke aanpak: **professionele kennis delen** , kennis overdragen met **hoge normen en vriendelijkheid** , en een **duurzame en wenselijke voedseltransitie ondersteunen** .

Certificering

Na afronding van de training ontvangt u een **certificaat van deelname** . Deelnemers die alle modules hebben afgerond, ontvangen een **intern certificaat** dat de verworven vaardigheden in **de professionele plantaardige keuken bevestigt** .

Contact & registratie

Oxalis Ecole de cuisine végétale ASBL
Corentin Crutzen – Oprichter en Hoofd Onderwijs

info@oxaliscuisine.com

+32492876327

www.oxaliscuisine.com/professionnels/



MODULE 1 - BASISPRINCIPES VAN PLANTAARDIG KOKEN & WERKEN MET GROENTEN

In deze eerste module komen de voedingsbeginselen van de plantaardige keuken en de technieken voor het werken met groenten aan bod.

Doelen:

- Begrijp de voedingsprincipes van een uitgebalanceerd plantaardig dieet.
- Identificeer de specifieke kenmerken, beperkingen en mogelijkheden van professionele plantaardige keukens. - Verwerf de basisvaardigheden voor het werken met groenten: snijden, koken en kruiden. - Begin met het ontwikkelen van de mentaliteit van een chef-kok die zich inzet voor seizoensgebonden, duurzame en plantaardige gerechten.

Beoogde vaardigheden:

Aan het einde van deze trainingsmodule kan de cursist:

- Leg de specifieke voedingsbehoeften van een plantaardig dieet uit.
- Identificeer manieren om tekorten te voorkomen en een evenwichtige maaltijd te creëren. - Begrijp de verschillende groentefamilies, hun seizoensgebondenheid en de verschillende kookmethoden die geschikt zijn voor groenten. - Pas nauwkeurige kooktechnieken toe om texturen en smaken te verbeteren. - Oefen professionele snijtechnieken.

Onderwijsmethode:

De training wisselt theorie en praktijk af in een 'action-learning'-aanpak. Er worden collaboratieve workshops (brainstormsessies, educatieve spellen) aangeboden om de theoretische aspecten te verwerken.

De cursist bereidt verschillende recepten, individueel of in tweetallen, onder begeleiding van de instructeurs, die de processen en technieken gedetailleerd uitleggen. Elke stap wordt door de cursist zelf geoefend om een volledig begrip te garanderen.

Tot slot worden er vergelijkende proeverijen (kookmethoden, texturen, kruiden) gehouden, evenals groepsdiscussies over de creaties, inclusief formatieve feedback om de ontwikkeling van de vaardigheden van elke deelnemer te ondersteunen.

Gedetailleerde educatieve inhoud:

Dag 1 – Introductie tot plantaardig koken en voeding

- Inleiding tot de fundamentele principes van een evenwichtig plantaardig dieet
- Focus op plantaardige voedselgroepen: peulvruchten, granen, groenten, fruit, oliehoudende zaden, oliën, smaakmakers, kruiden, specerijen en algen, en hun respectievelijke voedingsbijdragen
- Presentatie van culinaire technieken en combinaties die de opname van voedingsstoffen bevorderen
- Overzicht van seizoensgroenten (op type en culinair gebruik)
- Workshop: een uitgebalanceerd vegetarisch gerecht samenstellen - Ontkrachten van veelvoorkomende misvattingen (mythes over tofu, 'eiwitgebrek', voedingstekorten, flauw en textuurloos eten, etc.) - Praktische oefening: in tweetallen een vegetarisch menu samenstellen, met feedback van medeleerlingen



Dag 2 – Groentebereiding en kooktechnieken

- Snijtechnieken en introductie tot zero waste
- Verschillende kookmethoden en hun effecten: stomen, braden, bakken in de pan, confit, grillen, sous-vide, stoven, zoutkorsten, barbecueën...
- Praktische workshop: recepten bereiden met verschillende groentekooktechnieken

Deze training wordt geleid door Constance De Keyzer (diëtist) en Corentin Crutzen (oprichter en hoofd opleiding bij Oxalis):

Constance De Keyzer is een gediplomeerd diëtiste-voedingsdeskundige, gespecialiseerd in vegetarisme, kindergeneeskunde en perinatale zorg. Ze geeft individuele consulten in de praktijk Naître & Devenir (Forest) en verzorgt workshops voor ouders over kindervoeding, waarbij diverse onderwerpen aan bod komen in zowel particuliere als openbare settings (bedrijven, scholen, kinderdagverblijven, enz.). Ze is ervan overtuigd dat de wereld een betere plek zou zijn als mensen minder vlees zouden eten en deelt daarom graag tips om plantaardige diëten gezond en lekker te maken.

Ontdek meer van haar werk op www.fourchettecurieuse.be of @fourchette.curieuse (Instagram)

Corentin Crutzen, een chef-kok gespecialiseerd in plantaardige gerechten, heeft meer dan 10 jaar ervaring in de restaurantbranche. Hij is opgeleid door diverse chefs (waaronder de driesterrenchef Alexandre Couillon) en heeft zich gespecialiseerd in de technieken en expertise die specifiek zijn voor plantaardige gerechten. Hij heeft ook een pedagogische opleiding gevolgd, waardoor hij zijn ervaring en kennis effectief kan delen. Sinds 2022 deelt hij zijn passie voor plantaardige gerechten met particulieren en professionals via workshops en trainingen.



MODULE 2 - GOURMETZADEN & PLANTAARDIGE EIWITTEN

In deze tweede module staat het gebruik van granen, peulvruchten en plantaardige eiwitten centraal. Deze worden vaak vergeten op de menukaart van restaurants, terwijl ze een echte meerwaarde bieden en de creativiteit stimuleren.

Doelen:

- De voedingskenmerken en kooktechnieken van de belangrijkste granen en peulvruchten kennen;
- Het beheersen van kook- en kruidingstechnieken om de smaakpotentie ervan te onthullen;
- Weten hoe je plantaardige eiwitten (tofu, seitan, tempeh, TVP...) effectief kunt integreren in gevarieerde, heerlijke en evenwichtige gerechten;
- Ontwikkel een creatieve en professionele aanpak om ze regelmatig te verwerken in plantaardige gerechten.

Beoogde vaardigheden:

Aan het einde van deze trainingsmodule kan de cursist:

- de verschillende peulvruchten en granen herkennen, inclusief die zonder gluten;
- de verschillende technieken voor het koken van granen en peulvruchten identificeren;
- werken met verschillende soorten plantaardige eiwitten, afhankelijk van hun textuur, smaak en culinaire toepassing;
- heerlijke gerechten bereiden met granen, peulvruchten en/of plantaardige eiwitten.

Onderwijsmethoden:

Deze module hanteert een actieve en participatieve aanpak, waarbij theoretische input wordt gecombineerd met praktische workshops. Docenten wisselen culinaire demonstraties en praktijkgerichte keukenexperimenten af om de praktische toepassing van technieken te vergemakkelijken.

De creativiteit van de deelnemers wordt gestimuleerd door middel van rollenspellen, waarbij elke deelnemer de opdracht krijgt om zijn of haar eigen recepten te ontwikkelen op basis van de kennis en technieken die tijdens de training zijn behandeld. De nadruk ligt op autonomie, experimenteren en uitwisseling tussen deelnemers.

Gedetailleerde educatieve inhoud:

Dag 1 – Vergroot je creativiteit met ontbijtgranen

- Een overzicht van de belangrijkste granen die in de plantaardige keuken worden gebruikt: quinoa, gierst, boekweit, gerst, spelt, polenta, rijst, maïs... en een introductie tot minder bekende granen (amaranth, freekeh, fonio...)
- Graankooktechnieken en werken met texturen
- Het ontdekken en bereiden van gerechten met verschillende granen
- Maak in tweetallen een gerecht op basis van granen, groenten en saus: balans, presentatie, smaak
- Groepsproeverij en kruisfeedback



Dag 2 – Verrijk uw kookkunsten met peulvruchten

- Een overzicht van de belangrijkste peulvruchten en plantaardige eiwitten en hoe je ze kunt gebruiken bij het koken
- Kooktechnieken voor peulvruchten: weken, koken, verteerbaarheid (kombu, bicarbonaat, zacht koken), kieming
- Bereidings- en kooktechnieken voor plantaardige eiwitten: tofu (stevig, zijdeachtig), tempeh, seitan, getextureerd plantaardig eiwit
- Praktische workshop: variaties van deze eiwitten tot complete, gastronomische en originele gerechten
- Werk in tweetallen: ontwerp een uitgebalanceerd en heerlijk plantaardig bord, rijk aan eiwitten.
- Groepsproeverij + technische en sensorische feedback

Deze training wordt verzorgd door Justine Rist (chef, trainer en consultant in de plantaardige keuken) en Corentin Crutzen (oprichter en educatief directeur van Oxalis).

Justine Rist is al sinds haar kindertijd gepassioneerd door koken. Altijd nieuwsgierig naar nieuwe smaken, heeft haar werk haar de wereld rondgereisd: Australië, Japan, Argentinië, China en Oostenrijk, waar ze al snel de wonderen van de plantaardige keuken ontdekte. Dit cruciale moment in haar carrière leidde tot een steeds meer toegewijde kijk op het leven en een rechtvaardigere wereld. Ze deelt haar kennis en passie met groot enthousiasme. Ontdek meer van zijn werk op <https://justinerist.fr/> of @justincrediblyveggie (Instagram)

Corentin Crutzen, een chef-kok gespecialiseerd in plantaardige gerechten, heeft meer dan 10 jaar ervaring in de restaurantbranche. Hij is opgeleid door diverse chefs (waaronder de driesterrenchef Alexandre Couillon) en heeft zich gespecialiseerd in de technieken en expertise die specifiek zijn voor plantaardige gerechten. Hij heeft ook een pedagogische opleiding gevolgd, waardoor hij zijn ervaring en kennis effectief kan delen. Sinds 2022 deelt hij zijn passie voor plantaardige gerechten met particulieren en professionals via workshops en trainingen.



MODULE 3 - BOUILLONS, SAUZEN EN CONDIMENTEN

Deze derde module richt zich op de specifieke technieken die gebruikt worden bij het bereiden van groentebouillons, sauzen en specerijen.

De module wordt geleid door twee chef-koks, Pauline Steiner en Angélique Henzel, beiden specialisten in de groentekeuken en ervaren sausmakers.

Doelen:

- Ontdek en beheers de basisprincipes van groentesauzen (koud, warm en zoet), bouillons en het gebruik van smaakmakers met behulp van traditionele en moderne technieken.

Beoogde vaardigheden:

Aan het einde van deze trainingsmodule zal de cursist in staat zijn om:

- De basistechnieken van groentesauzen (koud, warm, zoet) beheersen: reduceren, indikken, emulgeren, infuseren, deglaceren, flamberen...
- Weten hoe je bouillon maakt en hoe je deze kunt gebruiken in infusies, sausbases of vinaigrettes.
- Ontwikkel culinaire creativiteit rondom smaakmakers en smaakcombinaties.
- Pas de texturen en de smaakbalans aan op het gerecht en de gebruikscontext (catering, evenementen, restaurants).
- Integratie van ecologisch verantwoorde praktijken in het sausontwerp: hergebruik, verbranding, terugwinning van organisch afval.
- Een gerecht samenstellen op basis van een saus, rekening houdend met esthetiek, smaak en visuele impact.

Lesmethode:

De training wisselt theorie en praktijk af in een 'action-learning'-aanpak. Deze module is gebaseerd op actief en ervaringsgericht leren, waarbij technische demonstraties worden gecombineerd met individuele of duo-praktijkoefeningen. Deelnemers worden uitgenodigd om te experimenteren met verschillende technieken voor het maken van sauzen, bouillons en specerijen door middel van begeleide workshops die autonomie en creativiteit stimuleren. Samenwerking wordt aangemoedigd, met name wanneer duo's de opdracht krijgen om een compleet gerecht te ontwikkelen voor elk type saus dat aan bod komt. De docenten delen hun eigen professionele aanpak, wat de reflectie op toepassingen en toepassingscontexten verrijkt. Ten slotte loopt een ecologisch verantwoorde dimensie door de hele module, die het hergebruik van grondstoffen (schillen, overgebleven sappen of specerijen) en de integratie van duurzame praktijken in de keuken stimuleert.

Gedetailleerde educatieve inhoud:

Dag 1 – Vinaigrettes, dressings en koude sauzen

I. Geparfumeerde oliën: infusietechniek

- Klassieke techniek: mengen met geblancheerde kruiden of specerijen, filteren door een doek, in een spuitzak doen om overtollige vloeistof te verwijderen.



II. Vinaigrettes op basis van fruit, groenten of sappen

- Romige vinaigrette: gemengd fruit en yoghurt
- Sappen geperst met een sapcentrifuge • Vinaigrette op basis van gereduceerde bouillon op smaak gebracht met Vétéjal- producten

III. Bouillons en infusies

Het maken van een hete groentebouillon:

- Klassieke techniek • Theoretische uitleg van de verschillende mogelijke toepassingen van een bouillon (groenten koken, een saus vochtig maken, bouillon gebruiken als saus voor een gerecht, een ingekookte bouillon gebruiken om een vinaigrette te maken, een gerecht in saus koken) Het aanpassen en transformeren van een bouillon: • Het maken van een infusie om een bouillon te verbeteren met verschillende kruiden • Hoe een bouillon te gebruiken om hete sauzen te maken (Dag 2)

Dag 2 – Zoete en pittige sauzen

I. Pittige groentesauzen

Te behandelen technieken:

- Saus op basis van reductie • Roomsauz • Gesneden saus met gearomatiseerde olie • Gebruik van alcohol (reductie en flamberen) • Het dikker maken van een saus

II. Zoete sauzen voor desserts:

Te behandelen technieken:

- Rauwe fruitcoulis • Geflambeerde melksaus • Gearomatiseerde romige plantaardige melksaus

Deze training wordt verzorgd door Pauline Steiner en Angélique Henzel, chef-koks die gespecialiseerd zijn in de plantaardige keuken en ervaren sausmakers.

Pauline Steiner volgde haar opleiding in prestigieuze Franse restaurants (Ducasse, Rostang, Sanderens, Rathgeber ...) en verkende 10 jaar lang de Aziatische keuken. Daar ontdekte ze de kracht van groenten en hun voedingswaarde. Ze ontwikkelde een plantaardige, gezonde en levendige keuken, verrijkt met haar expertise in ambachtelijk bakken. Haar motto: eet goed om goed te leven.

Ontdek meer van haar werk op Instagram [@ajna_by_pauline_steiner](#)

Angélique Henzel, geboren in een familie van slaggers en cateraars, maakte een radicale overstap naar de plantaardige keuken nadat ze geschokt was door een documentaire over de leefomstandigheden van pluimvee in de voedingsindustrie. Ze volgde een opleiding in de plantaardige keuken in Lyon en Nice en is ook gespecialiseerd in plantaardig gebak.

Geëngageerd, gepassioneerd en energiek reist ze door heel Frankrijk in haar Sea Shepherd-busje, waar ze een gedurfde en vrolijke plantaardige keuken propageert.

Ontdek meer van haar werk op Instagram [@plantae_cuisinevegetale](#)



MODULE 4 - CATERING, STRAATVOEDING EN BISTRONOMIE

Deze vierde ^{module} stelt cursisten in staat praktische vaardigheden te ontwikkelen in de plantaardige keuken, toegepast in catering, streetfood en bistronomie.

Gedurende twee dagen combineert de module praktische workshops, kennisoverdracht en creatieve verkenning om professionele technieken onder de knie te krijgen, aangepast aan verschillende culinaire formats en servicecontexten.

Algemene doelstellingen:

- Leer professionele technieken in 100% plantaardig koken, aangepast aan de horeca, streetfood en bistronomie.
- Ontwikkel creativiteit en aanpassingsvermogen om smakelijke, visuele en originele recepten te ontwerpen in verschillende contexten.
- Het beheersen van de praktische aspecten met betrekking tot de kwantiteitsproductie, de bediening en de presentatie van gerechten.
- Ontdek toegewijde, duurzame en innovatieve benaderingen van plantaardige gerechten.

Dag 1 – Veganistische en maatschappelijk verantwoorde catering

Gehost door Hind Mellah, oprichter van het cateringbedrijf A la Fraiche (Amiens)

Doelen:

- Inzicht in de specifieke kenmerken van 100% plantaardige catering.
- Weten hoe je menu's kunt samenstellen die zijn aangepast aan verschillende evenementen (cocktailparty's, aperitieven, buffetten, diners).
- Optimaliseer de productie, opslag en het transport van preparaten.
- Creativiteit, esthetiek en duurzaamheid integreren in bereide gerechten.

Beoogde vaardigheden:

- Het beheersen van de technieken voor het bereiden, portioneren en presenteren van maaltijden voor catering.
- Maak 100% plantaardige recepten die geschikt zijn voor voorgerechten, voorgerechten en hoofdgerechten.
- Logistiek en organisatie voor een cateringbedrijf: opslag, transport en presentatie.
- Het aanpassen van texturen, smaken en combinaties voor uiteenlopende evenementen.

Educatieve inhoud:

- Ontwerp van 100% plantaardige cateringmenu's voor verschillende soorten evenementen.
- Bereidings- en conserveringstechnieken voor buffetten, hapjes en hapjes.
- Presenteren en opdienen van gerechten in praktische en esthetische formaten.
- Optimalisatie van garnituren en vermindering van verspilling in de cateringproductie.
- Praktische workshop: samenstellen van een compleet vegetarisch cateringmenu met een realistisch servicescenario.



Dag 2 – Bistronomische keuken en streetfood

Gehost door Corentin Crutzen, hoofdtrainer en oprichter van Oxalis

Doelen:

- Een herinterpretatie van klassieke bistronomische gerechten en streetfood, maar dan 100% plantaardig.
- Ontdek de smaken van de wereld en integreer internationale culinaire invloeden.
- Ontwikkel creativiteit, aanpassingsvermogen en gevoel voor smaakbalans voor snelle of bistronomische gerechten.
- Kennis van de specifieke aspecten van koken en voorbereiding op bediening in restaurants en op straat.

Beoogde vaardigheden:

- De plantaardige transformatie van klassieke bistrogerechten (terrines, tartaren, sauzen, stoofschotels, gratins...) beheersen.
- Creëer evenwichtige, snelle en heerlijke plantaardige streetfoodrecepten.
- Creativiteit en esthetiek combineren in formaten die je mee kunt nemen of delen.
- Het aanpassen van smaken, texturen en kruiden voor gevarieerde en verrassende culinaire ervaringen.

Educatieve inhoud:

- Een plantaardige interpretatie van klassieke bistronomische gerechten: iconische recepten herzien met 100% plantaardige ingrediënten.
- Plantaardig straatvoedsel: burgers, wraps, bowls en snacks geïnspireerd op keukens van over de hele wereld.
- Kook- en presentatietechnieken aangepast aan bistronomische en streetfoodformaten.
- Het ontdekken van smaakcombinaties en originele combinaties (kruiden, specerijen, sauzen).
- Praktische workshop: verschillende recepten maken om creativiteit en smaakconsistentie in verschillende vormen te testen.
- Reflectie op presentatie en bruikbaarheid voor service, verkoop of evenementen.

Deze training wordt geleid door Hind Mellah en Corentin Crutzen:

Chef-kok en oprichter van het cateringbedrijf *À la Fraîche*, **Hind Mellah**, biedt plantaardige, lokale en creatieve gerechten die seizoensgebonden producten in de schijnwerpers zetten. Als gepassioneerde autodidactische chef-kok heeft ze haar vaardigheden in de loop der jaren aangescherpt door praktische ervaring, ontmoetingen met anderen en een gevoelige benadering van duurzame voeding. Haar werk benadrukt de rijkdom aan groenten, smaken van over de hele wereld en een toegewijde visie op gastronomie, waar plezier en ethiek samengaan. Met *À la Fraîche* herinterpreteert ze catering door heerlijk eten, gezelligheid en respect voor alles wat leeft te combineren.

Ontdek meer van haar werk op Instagram @a_la_fraiche_amiens

Corentin Crutzen, een chef-kok gespecialiseerd in plantaardige gerechten, heeft meer dan 10 jaar ervaring in de restaurantbranche. Hij is opgeleid door diverse chefs (waaronder de driesterrenchef Alexandre Couillon) en heeft zich gespecialiseerd in de technieken en expertise die specifiek zijn voor plantaardige gerechten. Hij heeft ook een pedagogische opleiding gevolgd, waardoor hij zijn ervaring en kennis effectief kan delen. Sinds 2022 deelt hij zijn passie voor plantaardige gerechten met particulieren en professionals via workshops en trainingen.



MODULE 5 - DUURZAAM KOKEN & ONTMOETING MET EEN VELDPROFESSIONAL

Met deze 5e ^{module} kunnen cursisten hun kennis en praktijken rondom duurzame voeding verdiepen.

Gedurende twee dagen worden theoretische input, praktische workshops en een ontmoeting met een veldacteur gecombineerd om concrete vaardigheden te ontwikkelen die in de dagelijkse praktijk kunnen worden toegepast.

Doelen:

- Inzicht in de uitdagingen van duurzaam voedsel en de impact van voedselkeuzes op de gezondheid, het milieu en de economie.
- Identificeer actiemiddelen om de negatieve impact van voedselproductie op ecosystemen te verminderen.
- Kies voor duurzame producten (lokaal, seizoensgebonden, biologisch, fairtrade, plantaardige alternatieven).
- Pas deze principes toe in recepten, verminder het aandeel dierlijke eiwitten en beperk voedselverspilling.

Beoogde vaardigheden:

Na het afronden van deze training kan de stagiair:

- Leg de pijlers van duurzaam voedsel uit: economie, gezondheid en milieu.
- Identificeer en kies producten op basis van hun duurzaamheid en bijbehorende labels.
- Anti-verspillingstechnieken in de praktijk brengen en snijresten valoriseren in de plantaardige keuken.
- Om evenwichtige recepten te ontwerpen waarin plantaardige alternatieven en technieken voor het conserveren of transformeren van ingrediënten worden toegepast.
- Integratie van duurzame beroepspraktijken door observatie en getuigenissen van actoren in de sector.

Onderwijsmethode:

De training wisselt theorie, praktijk en veldbezoeken af in een participatieve en ervaringsgerichte aanpak.

De eerste dag wordt geleid door Thècle Dubuis, specialist in duurzame voeding. Zij combineert theoretische input met praktische kookworkshops. Deelnemers experimenteren met technieken om afval te verminderen, snijresten te transformeren en duurzame, plantaardige recepten te ontwikkelen.

De tweede dag vindt plaats op het terrein met een ontmoeting met Adeline Barras en Elliott Van de Velde, oprichters van restaurant Entropy in Brussel, die hun ervaring met duurzame gastronomie zullen delen. Chef Elliott Van de Velde zal ook een praktische sessie leiden, waarbij hij samen met de deelnemers duurzame recepten bereidt en de concrete toepassing van de geleerde principes demonstreert.



Gedetailleerde educatieve inhoud:

Dag 1 – Duurzaam voedsel (Thècle Dubuis)

- De pijlers van duurzaam voedsel: economie, gezondheid, milieu
- De 12 hefboomen om de negatieve impact op ecosystemen te verminderen
- Welke producten en labels zijn nodig om deze strategieën te implementeren?
- Praktische kookworkshop: plantaardige recepten zonder afval, conserveringstechnieken en transformatie van snijresten
- Verworven sterke punten en misverstanden in de training

Dag 2 – Ontmoeting en oefening met Entropie

- Getuigenis van Adeline Barras en Elliott Vandeveld over hun ervaring in duurzame gastronomie
- Praktische workshop onder leiding van chef-kok Elliott Van de Velde: duurzame recepten creëren en praktische technieken demonstreren
- Collectieve reflectie op de integratie van leren in de beroepspraktijk

Deze training wordt geleid door Thècle Dubuis en de oprichters van het restaurant Entropy:

Thècle Dubuis, zelfstandig chef-kok en gepassioneerd trainer, verkent al jaren de vele facetten van de plantaardige keuken. Na een carrière in de horeca en de duurzame voedingssector gebruikt ze haar expertise nu om gerechten te creëren die creatief, toegankelijk en seizoensgebonden zijn. Ze is toegewijd aan lesgeven en kennis delen en begeleidt professionals en particulieren bij het ontdekken van plantaardige technieken die balans, esthetiek en plezier combineren.

Ontdek meer van haar werk op www.hightheculinary.com en @hightheculinary (Instagram)

, opgericht in Brussel door **Adeline Barras en Elliott Van de Velde**, biedt plantaardige, circulaire en creatieve gerechten die heerlijkheid, esthetiek en toewijding combineren. Hun concept draait om een sterke aanpak: voedselverspilling tegengaan, inkopen bij zeer -lokale producenten, zero waste en culinaire expertise doorgeven.

Een van hun meest opvallende prijzen: het restaurant Entropy won de *Sustainability Award*. Prijs van de Gault & Millau-gids ('Culinaire Innovators') in 2023. Bovendien werd chef-kok Elliott Van de Velde door dezelfde gids uitgeroepen tot "Jonge Chef van het Jaar 2025" voor de regio Brussel.

Deze dubbele erkenning onderstreept hoe Entropy's aanpak niet alleen streeft naar gastronomische excellentie, maar ook naar een sterke maatschappelijke en ecologische impact.

Ontdek meer van hun werk op <https://entropyrestaurant.be> en @entropyrestaurant (Instagram)



MODULE 6 - PLANTAARDIG GEBAK

Met deze 6e module kunnen cursisten hun vaardigheden in het maken van 100% plantaardig gebak uitbreiden.

De module wordt geleid door Nicolas Bastille, banketbakker en oprichter van Bastille Plant-Based Pastry (voorheen La Pâtisserie Vegan), meermaals verkozen tot beste veganistische patisserie van België en twee jaar op rij tot favoriete bakkerij-patisserie van de provincie Luik.

Doelen:

Na het voltooien van deze training kan de stagiair:

- Het creëren van een innovatief en modern assortiment plantaardige gebaksoorten, aangepast aan de markttrends en seizoenen.
- De technieken onder de knie krijgen om klassieke ingrediënten (eieren, melk, boter) te vervangen door plantaardige alternatieven.
- Maak gebak dat er mooi uit ziet, heerlijk is en een uitgebalanceerde smaak en textuur heeft.

Beoogde vaardigheden:

- De basisprincipes en specifieke ingrediënten van 100% plantaardig banketbakken onder de knie krijgen.
- Weten hoe je de temperatuur en de kooktijd voor elke groentebereiding kunt aanpassen.
- Creëer verschillende texturen: knapperig, krokant, zacht, romig, luchtig.
- Pas moderne afwerkings- en presentatietechnieken toe voor elegante en visueel aantrekkelijke gebakjes.
- Ontwikkelen van creativiteit en gevoel voor innovatie in het maken van plantaardig gebak.

Onderwijsmethode:

De training wisselt theorie en praktijk af in een 'action-learning'-aanpak. Elke deelnemer bereidt de recepten onder toezicht van de chef-kok, die de processen, technieken en professionele tips uitlegt. Elke stap wordt direct in de praktijk gebracht om volledige assimilatie te garanderen en onafhankelijkheid te bevorderen.

Programma / Inhoud:

Deelnemers bereiden verschillende moderne en herziene recepten, waarbij de nadruk ligt op de diversiteit aan texturen, smaken, aroma's en stijlen van:

- Taarten, desserts en reistaarten
- Meringues en macarons
- Glazuur-, garner- en opmaaktechnieken
- Selectie van ingrediënten en recepten aangepast aan het seizoen

Gedetailleerde educatieve inhoud:

- Vervangers op basis van planten: plantaardige eiwitten, vezels, melk en oliën
- Beheersing van kooktechnieken en specifieke temperaturen
- Het creëren van gevarieerde texturen met behulp van natuurlijke middelen
- Moderne afwerkingen voor elegante en heerlijke gebakjes



- Tips voor het aanpassen van klassieke gebaksoorten aan de huidige trends en marktverwachtingen

Deze training wordt geleid door Nicolas Bastille:

Nicolas Bastille, gevestigd in Luik, is gespecialiseerd in 100% plantaardige en creatieve patisserie. Als oprichter van *La Pâtisserie Vegan* ontwikkelt hij gastronomische recepten zonder dierlijke producten, waarbij smaak, hoogwaardige ingrediënten en innovatieve technieken worden gecombineerd. Bekend om zijn botervrije en suikerarme croissants, werd hij uitgeroepen tot beste veganistische patisserie van België, wat zijn atelier tot een toonaangevende naam in de duurzame patisseriesector maakt.

Vind haar werk op Instagram [@bastille_la_pa_vegan](https://www.instagram.com/bastille_la_pa_vegan)



MODULE 7 - ALLERGEENVRIJ KOKEN EN FERMENTEREN

Met deze 6e ^{module} kunnen cursisten concrete vaardigheden ontwikkelen op het gebied van koken aangepast aan specifieke diëten en fermentatietechnieken.

Gedurende twee dagen combineert de cursus theoretische input, praktische workshops en een ervaringsgerichte aanpak om vaardigheden te verwerven die direct toepasbaar zijn in een professionele context.

Algemene doelstellingen:

- Voedselallergenen identificeren en beheren in een professionele omgeving.
- Het beheersen van vervangingstechnieken en het creëren van allergeenvrije recepten.
- Begrijp en pas de biologische en technische basisprincipes van voedselfermentatie toe.
- Fermentatie integreren in een gastronomische, duurzame en innovatieve aanpak.

Dag 1 – Allergeenvrij koken (Thècle Dubuis)

Onderwijsdoelstellingen:

- Definieer de verschillende voedselallergenen en maak onderscheid tussen allergie en intolerantie.
- Ontdek en gebruik alternatieven voor allergene producten.
- Bereid de grondstoffen op de juiste manier voor (weken, koken, enz.).
- Maak recepten met deze alternatieven.
- Informeer collega's en klanten over de aanwezige allergenen (wettelijke verplichting).

Beoogde vaardigheden:

- Symptomen herkennen en ingrijpen bij een allergische reactie.
- Kennis van de risico's in de keuken en eetkamer volgens de regelgeving.
- Beheersing van 14 allergenen en risicovolle ingrediënten.
- Alternatieve recepten creëren zonder allergenen.

Gedetailleerde educatieve inhoud:

- Definitie en verschillen: allergie vs. intolerantie.
- Symptomen identificeren en noodmaatregelen treffen.
- De 14 allergenen en risicovolle ingrediënten.
- Alternatieven voor allergene producten en bereidingstechnieken.
- Praktische workshop: alternatieve recepten zonder allergenen.
- Verworven sterke punten en misverstanden over de training.

Dag 2 – Fermentatie (Shira Benarroch)

Onderwijsdoelstellingen:

- Inzicht in de biologische en technische basis van voedselfermentatie en gefermenteerde dranken.
- Ontdek de culinaire en nutritionele toepassingen van lactofermentatie.
- De basistechnieken beheersen om veilige en reproduceerbare fermentaties te produceren.
- Fermentatie integreren in een gastronomische en ecologisch verantwoorde aanpak.



Beoogde vaardigheden:

- Kooktechnieken: selectie en implementatie van lactofermentatieprocessen .
- Voedselhygiëne en -veiligheid: de rol van micro-organismen, interpretatie van tekenen van succes.
- Creativiteit: het ontwerpen van originele gefermenteerde bereidingen die aangepast zijn aan de gastronomie.
- Ecodesign: lokale producten promoten en afval verminderen.

Gedetailleerde educatieve inhoud:

- Basisprincipes van fermentatie
- Interesses en uitdagingen
- Praktische workshop: lactofermentatie
- Inleiding tot gefermenteerde dranken

Deze training wordt geleid door Thècle Dubuis en Shira Benarroch:

Thècle Dubuis , zelfstandig chef-kok en gepassioneerd trainer, verkent al jaren de vele facetten van de plantaardige keuken. Na een carrière in de horeca en de duurzame voedingssector, gebruikt ze haar expertise nu om gerechten te creëren die creatief, toegankelijk en seizoensgebonden zijn. Ze is toegewijd aan lesgeven en kennis delen en begeleidt professionals en particulieren bij het ontdekken van plantaardige technieken die balans, esthetiek en plezier combineren. Als expert in allergeenvrij koken ontwerpt ze smaakvolle gerechten die zijn aangepast aan diverse dieetwensen.

Ontdek meer van haar werk op www.highthecleculinary.com en @highthecleculinary (Instagram)

Shira Benarroch is een docent plantaardig koken en een gepassioneerd fermentatiespecialist. Na een eerste carrière van ongeveer tien jaar als architect koos ze ervoor om zich om te scholen en techniek, esthetiek en de levende wereld in te zetten voor een gezonde en duurzame keuken. Al meer dan acht jaar verkent ze de wereld van plantaardige fermentatie – groenten, dranken, sauzen – met als doel unieke texturen, intense smaken en professionele toepassingen te creëren, afgestemd op de restaurantsector.

Haar aanpak combineert technische nauwkeurigheid, smaakvereisten en esthetische gevoeligheid: ze begeleidt chef-koks (zoals Claire Vallée) om hun plantaardige menu's te verrijken, bevordert de gezondheid van de microbiota en waardeert grondstoffen op een ecologisch verantwoorde manier.

Ontdek meer van haar werk op <https://www.shirabio.com> en @shirabio (Instagram)



MODULE 8 - CULINAIRE FOTOGRAFIE EN HET CREËREN VAN EEN PLANTENMENU

Deze laatste module van het 8-modulen tellende trainingsprogramma biedt deelnemers de mogelijkheid om alle verworven technieken en vaardigheden in de praktijk te brengen. Gedurende twee intensieve dagen stellen deelnemers een 100% plantaardig menu samen met een mandje geselecteerde producten, leren ze hun creaties te verbeteren met professionele foodfotografie en ontvangen ze constructieve feedback van een deskundige jury.

Onderwijsdoelstellingen:

- Stel een 100% plantaardig menu samen, waarbij creativiteit, smaakbalans en esthetiek centraal staan.
- Pas alle kooktechnieken toe die je tijdens de training hebt geleerd.
- Ontdek en oefen de basisprincipes van voedsel fotografie om uw creaties te laten zien.
- Om constructieve feedback te ontvangen om de eigen professionele praktijk te kunnen ontwikkelen en verfijnen.

Beoogde vaardigheden:

Na het voltooien van deze module kan de stagiair:

- Ontwerp en structureer een compleet vegetarisch menu (voorgerecht, hoofdgerecht, dessert) op basis van een vaste ingrediëntenlijst.
- Selecteer en combineer ingrediënten op basis van smaak, textuur en seizoen.
- Pas de juiste dressing- en afwerkingstechnieken toe voor een optimaal visueel effect.
- Professionele voedsel foto's maken en een fotoportfolio van het eigen werk samenstellen.
- Het presenteren en verdedigen van de eigen culinaire keuzes voor een jury, en daarbij constructieve feedback geven.

Lesmethode:

- Actiegerichte en ervaringsgerichte training: afwisselende individuele en groepstrainingen, met technische begeleiding van trainers.
- Coaching en ondersteuning: persoonlijk advies tijdens het samenstellen van de menu's en het maken van de foto's.
- Projectmatig leren: elke stagiair ontwerpt, creëert en presenteert een compleet menu.
- Formatieve beoordeling: proeven en feedback van een professionele jury, waardoor sterke punten en verbeterpunten kunnen worden geïdentificeerd.

Gedetailleerd programma/educatieve inhoud:

Dag 1 – Creatie en bereiding van het 100% plantaardige menu

- Presentatie van het productmandje en beperkingen: seizoensgebondenheid, voedingsbalans, smaakconsistentie.
- Brainstormen en menuplanning in tweetallen of individueel.
- Toepassing van culinaire technieken: sauzen, bouillons, opmaken, koken, fermenteren, banketbakkerij...
- Dressuur- en africhtingsatelier: aandacht voor esthetiek en visuele harmonie.
- Voorbereidingen voor de fotoshoot de volgende dag.



Dag 2 – Voedselfotografie en presentatie aan de jury

- Introductie in de basisbeginselen van foodfotografie met een professionele fotograaf: kadrering, belichting, compositie, foodstyling.
- Foto's maken van de creaties om een individueel fotoboek te maken.
- Het menu werd geproefd door een speciaal voor de gelegenheid samengestelde jury.
- Gedetailleerde en constructieve feedback over elk gerecht: smaak, creativiteit, presentatie en algemene balans.
- Groepsdebriefing over geleerde lessen, successen en verbeterpunten.

