



Maria Sarbu

Commis de Cuisine Professionnelle

• Nivelles, Belgique • 0492 44 10 95

• maria_sarbu67@yahoo.com

PROFIL

Professionnelle passionnée par la gastronomie avec plus de 10 ans d'expérience dans le secteur de l'hôtellerie-restauration. Récemment certifiée en tant que 1er Commis de cuisine par HORECA Forma Wallonie, je mets à profit ma créativité culinaire, mon sens aigu de l'organisation et mes compétences techniques pour contribuer à l'élaboration de plats savoureux et de qualité. Mon parcours international et diversifié m'a permis de développer une excellente capacité d'adaptation, un véritable esprit d'équipe et une maîtrise de plusieurs langues.

Points Forts



Formation intensive de 496 heures en cuisine professionnelle avec certification réussie



Plus de 7 ans d'expérience en cuisine dans des établissements reconnus



Expérience internationale en Norvège avec adaptation rapide aux standards nordiques



Maîtrise de 5 langues permettant une communication efficace en environnement multiculturel

COMPÉTENCES & LANGUES

Compétences Techniques

Préparation culinaire ● ● ● ● ●

Techniques de cuisson ● ● ● ● ●

Normes HACCP ● ● ● ● ●

Gestion des stocks ● ● ● ● ●

Cuisine internationale ● ● ● ● ●

Langues

Roumain Natif

Français Courant

Italien C1

Norvégien B2

Anglais B1

SAVOIR-ÊTRE

Esprit d'équipe

Organisation

Polyvalence

Communication

Service client

Autonomie

Résistance au stress

EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE



Commis de Cuisine

ACTUEL

Hôtel Van der Valk • Nivelles • Mai 2025 - Présent

- Préparation et mise en place des ingrédients pour les différents services de restauration dans un établissement hôtelier 4 étoiles
- Assistance et collaboration étroite avec les chefs cuisiniers dans la création et présentation de plats gastronomiques
- Application rigoureuse des normes HACCP et respect strict des protocoles d'hygiène et de sécurité alimentaire
- Collaboration efficace avec une équipe de 8 personnes pour assurer un service fluide et de haute qualité



Commis de Cuisine

Mrs Nos Tayons • Nivelles • Janvier 2022 - Décembre 2024

- Préparation culinaire quotidienne et mise en place complète pour les services du midi et du soir
- Respect scrupuleux des normes d'hygiène HACCP et de sécurité alimentaire
- Gestion optimale des stocks, commandes et planification des produits en fonction des besoins et de la saisonnalité



Employée Administrative

Chris Jardins • Seneffe • Janvier 2020 - Décembre 2021

- Gestion complète du planning informatique et coordination des rendez-vous clients
- Traitement du courrier et gestion de la messagerie électronique
- Établissement et suivi des commandes d'achat sur système SAP



Commis de Cuisine

Sodexo SA • Oslo, Norvège • Janvier 2013 - Décembre 2019

- Préparation et organisation de réunions d'entreprise avec installation complète du matériel nécessaire
- Organisation et présentation de buffets pour réunions professionnelles et événements clients
- Application stricte des procédures de manipulation, stockage et conservation des aliments



Commis de Cuisine

Opera AS • Oslo, Norvège • Janvier 2012 - Décembre 2013

- Gestion et planification des produits alimentaires selon les préférences et besoins des clients
- Organisation et coordination des différents plats pour les services de restauration



Technicienne de Surface

Cafe Laundromat AS • Oslo, Norvège • Janvier 2010 - Décembre 2012



Employée de Service

Clarion Savoy Hotel • Oslo, Norvège • Janvier 2010 - Décembre 2011

FORMATION & CERTIFICATIONS

1er Commis de Cuisine

HORECA Forma Wallonie - Namur

Formation intensive : 256 heures de cours théoriques + 240 heures de stage pratique

Certifié 2025



Licence en Chimie

Lycée Aurel Vlaicu - Făgăraș, Roumanie

1982 - 1985

CENTRES D'INTÉRÊT

Gastronomie

Lecture

Cultures Culinaires

Nouvelles Techniques

