

DIE PRAKTISCHE PRÜFUNG KOCH/KÖCHIN

Wolfgang/Wolfgang

2. Auflage

Fachbuchverlag Pfanneberg GmbH & Co. KG
Düsselberger Straße 23
42781 Haan-Gruiten
Bestell-Nr.: 06049

Autoren

Thomas Wolfgang, Küchenmeister, Fachlehrer für Köche, Dessau-Roßlau
Liane Wolfgang, Staatlich gepr. Betriebswirtin, Dessau-Roßlau

Verlagslektorat

Benno Buir

2. Auflage 2019

Druck 5 4 3 2 1

Alle Drucke derselben Auflage sind parallel einsetzbar, da sie bis auf die Behebung von Druckfehlern untereinander unverändert sind.

ISBN 978-3-8057-0797-8

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

© 2019 by Fachbuchverlag Pfanneberg GmbH & Co. KG, 42781 Haan
<http://www.pfanneberg.de>

Umschlaggestaltung: braunwerbeagentur, 42477 Radevormwald
Fotografie: Thomas Wolfgang
Layout und Satz: Punkt für Punkt GmbH · Mediendesign, 40549 Düsseldorf
Druck: Printer Trento s.r.l., 38121 Trento, Italy



Vorwort

„Die praktische Prüfung Koch/Köchin“ ist ein neuartiges Buch zur **Vorbereitung auf die praktische Prüfung im Ausbildungsberuf Koch/Köchin**.

Das Buch beginnt mit dem Ende – den Prüfungen. Es gibt **wertvolle Tipps und Hinweise**, wie man sich gut auf diesen Tag vorbereitet und ihn übersteht.

Die schwierigste Arbeit liegt dann schon hinter den Auszubildenden. Für die meistgestellte Frage „**Wie komme ich vom Warenkorb zu meinem Menü für die Prüfung?**“ bietet Kapitel 4 Antworten und Lösungen: ausführliche **Beispiele** und **Schritt-für-Schritt-Anleitungen**, **unterschiedliche Menüs** aus ein und demselben Warenkorb, Musterwarenkörbe mit Menüvorschlägen und vieles mehr.

Vom Warenkorb zum Menü: **Alle Schritte werden ausführlich und anschaulich behandelt**: Komponenten gliedern, zu Gerichten zusammenfügen, Menüregeln beachten, Garmachungsarten auswählen usw.

Ebenso die Schritte **vom Menüvorschlag zum Arbeitsablaufplan**: Die Warenanforderung, die ausführliche Planung der Zubereitung – beispielhaft **mit vielen Abbildungen** präsentiert – und schließlich die Erstellung des Arbeitsablaufplans.

Nach Kapitel 4 sind die Auszubildenden gut gerüstet für Vorbereitung, Planung und Durchführung der praktischen Prüfung. Die nachfolgenden Kapitel geben Anregungen für mögliche Gerichte. **Grundrezepte**, **Vorspeisen**, **Hauptgänge** und **Desserts** werden vorgestellt, meist bebildert, oft mit Fotos der einzelnen Zubereitungsschritte. Gespickt mit **Tipps für die Durchführung** und **Hinweisen zu Schwierigkeiten** und deren Bewältigung bilden diese Abschnitte eine Fundgrube für Ideen zu Speisen und ihrer Zubereitung. Das i-Tüpfelchen sind die „**schnellen Hingucker**“ für eine perfekte Präsentation der Speisen.

Abgerundet wird das Buch mit Tipps und **Tricks** dafür, wenn es mal nicht so läuft wie geplant und mit Beispielen für das abschließende **Prüfungsgespräch** sowie möglichen **Bewertungen** durch die Prüfungskommissionen.

Autoren und Verlag wünschen allen Auszubildenden viel Freude beim Durcharbeiten des Buches und **viel Erfolg bei der praktischen Prüfung!**

Ein besonderer **Dank der Autoren** gilt dem Schulamt und der Berufsbildenden Schule Dessau-Roßlau für die enge Zusammenarbeit, der Firma Kahla „Porzellan für die Sinne“, der Firma Friedr. Dick und AMT – Gastroguss, vielen Berufskollegen für Rat und Tat, speziell Herrn **Sören Billhardt**, der maßgeblich an der Konzeption des Buches in der 1. Auflage beteiligt war.

IHKs aus ganz Deutschland haben Informationen über die doch sehr unterschiedliche Durchführung der Prüfungen geliefert – hier sind ein reger Austausch und eine weitere Vereinheitlichung wünschenswert.

Dank an Liane Wolfgang für Inspiration, Anregungen zu Texten und Bildern, sowie der Unterstützung bei der Korrekturphase.

Niemand ist unfehlbar, kein Buch ist ganz fehlerfrei: **Fehlerhinweise und Anregungen** zum Buch sind herzlich willkommen.

Im Sommer 2019

Autor und Verlag



Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung und Allgemeines zur praktischen Prüfung	7
1.1	Auszüge aus dem Rahmenlehrplan und der Prüfungsordnung	8
1.2	Allgemeine Hinweise zur Zwischenprüfung	9
1.3	Vorbereitung auf die Zwischenprüfung	11
1.4	Mögliche Speisen und Gerichte einer Zwischenprüfung	20
1.5	Allgemeines zur Abschlussprüfung	34
2	Vorbereitung auf die praktische Prüfung, psychisch und physisch	35
2.1	Mise en place	35
2.2	Equipment	35
2.3	Checkliste Equipment zu Warenkorb 1, Menü 1	36
2.4	Checkliste Equipment zu Warenkorb 2, Menü 1	37
2.5	Checkliste Equipment zu Warenkorb 3, Menü 1	38
3	Klassische Menüregeln und die Menükarte	39
3.1	Klassische Menüregeln	39
3.2	Die Menükarte	41
4	Arbeiten mit dem Warenkorb	43
4.1	Warenkorb 1	43
4.1.1	Vom Warenkorb 1 zum Menü 1	45
4.1.2	Vom Warenkorb 1 zum Menü 2	58
4.2	Warenkorb 2	66
4.2.1	Vom Warenkorb 2 zum Menü 1	67
4.2.2	Vom Warenkorb 2 zum Menü 2	78
4.3	Warenkorb 3	85
4.3.1	Vom Warenkorb 3 zum Menü 1	86
4.3.1	Vom Warenkorb 3 zum Menü 2	97
4.4	Warenkorb 4 – vom Warenkorb 4 zum Menü	99
4.5	Warenkorb 5 – vom Warenkorb 5 zum Menü	109
4.6	Warenkörbe mit Menüfindung	115
4.6.1	Warenkorb 6 mit Menüvorschlägen	115
4.6.2	Warenkorb 7 mit Menüvorschlägen	117
4.6.3	Warenkorb 8 mit Menüvorschlägen	119
4.7	Musterwarenkörbe	121
5	Grundrezepturen	127
5.1	Klare Brühen	127
5.2	Kraftbrühen	131

5.3	Saucen	132
5.4	Rahm- und Samtsuppen	136
5.5	Suppeneinlagen	137
5.6	Dips und Dressing, Butter	140
5.7	Beilagen	144
5.8	Gemüse	147
5.9	Desserts	151
6	Mögliche Gerichte für die Prüfung	163
6.1	Vorspeisen	163
6.2	Hauptgänge	175
6.2.1	Vom Kalb	175
6.2.2	Vom Lamm	179
6.2.3	Von Geflügel	182
6.2.4	Vom Rind	193
6.2.5	Vom Schwein	201
6.2.6	Vom Fisch	205
6.3	Desserts	208
6.3.1	Dessertkomponenten	210
7	Schnelle Hingucker	217
8	Tipps und Tricks	235
9	Das Gespräch	237
10	Fachliche Bewertung durch die Prüfungskommission	241
11	Anhang	247
	Rezepturverzeichnis	247
	Bildquellenverzeichnis	252

Einleitung und Allgemeines zur praktischen Prüfung

EINLEITUNG

Liebe Leser,

erkennen Sie sich wieder?

Ich beginne eine Ausbildung als Koch/Köchin

Ich bilde aus

**Ich arbeite in einem Interessenverband
(VKD, DEHOGA)**

**Ich kenne die IHK als übergeordnete Stelle für Auszubildende
und Ausbilder**

Ob nun der eine oder der andere Teil zutrifft, in Deutschland gibt es eine einheitliche praktische Prüfung im Ausbildungsberuf Koch/Köchin. Die Recherchen zu diesem Buch haben aber gezeigt, dass die Rahmenrichtlinien in den verschiedenen Kammerbezirken der Industrie- und Handelskammer unterschiedlich umgesetzt werden.

In den mehr als 80 Kammerbezirken werden regelmäßig die Zwischenprüfungen sowie die Sommer- und Winterprüfungen durchgeführt und die jeweiligen Prüfungskommissionen beschlossen. Hier wird nach der Ausbildungsverordnung gehandelt, die kammerliche Hoheit erlaubt aber eigene Vorstellungen zur Umsetzung und zum Ablauf.

In diesem Prüfungsvorbereitungsbuch sind Kriterien verschiedener Kammerbezirke zusammengefasst.

Am Ende der Ausbildung steht der Berufsabschluss, ob als Auszubildender im Hotel, im Gasthof, bei einem Caterer, im Altenheim, in der Klinik oder im Spezialitätenrestaurant.

Nach dem erfolgreichen Abschluss beginnt die berufliche Orientierung. Es gibt vielfältige Möglichkeiten seine Fähigkeiten regional, überregional oder sogar international einzusetzen. Hier zeigt sich, was die Ausbildung wert war.

Liebe Kollegen, Kammern und Interessierte, lassen Sie uns gemeinsam an einer einheitlichen praktischen Ausbildungsprüfung im Ausbildungsberuf Koch/Köchin arbeiten. Im Mittelpunkt steht unser Nachwuchs. Wie kann dem Prüfling Angst und Unsicherheit genommen werden? Einen ersten Schritt bilden die Aufzeichnungen in diesem Buch.

1.1 AUSZÜGE AUS DEM RAHMENLEHRPLAN UND DER PRÜFUNGSORDNUNG

Grundlage bildet die Verordnung über die Berufsausbildung zum Koch/zur Köchin vom 13.02.1998 (abgedruckt im Bundesgesetzblatt Teil 1 Seite 364 vom 18.02.1998)

§ 3 – Ausbildungsberufsbild

Gegenstand der Berufsausbildung sind mindestens die folgenden Fertigkeiten und Kenntnisse:

1. Berufsausbildung, Arbeits- und Tarifrecht
2. Aufbau und Organisation des Ausbildungsbetriebes
3. Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit
4. Umweltschutz
5. Umgang mit Gästen, Beratung und Verkauf
6. Einsetzen von Geräten, Maschinen und Gebrauchsgütern, Arbeitsplanung
7. Hygiene
8. Küchenbereich
9. Servicebereich
10. Büroorganisation und -kommunikation
11. Warenwirtschaft
12. Werbung und Verkaufsförderung
13. Anwenden arbeits- und küchentechnischer Verfahren
14. Zubereiten von pflanzlichen Nahrungsmitteln
15. Herstellen von Suppen und Soßen
16. Zubereiten von Fisch, Schalen- und Krustentieren
17. Verarbeiten von Fleisch und Innereien
18. Verarbeiten von Wild und Geflügel
19. Herstellen von Vorspeisen und Anrichten von kalten Platten
20. Zubereiten von Molkereiprodukten und Eiern
21. Herstellen und Verarbeiten von Teigen und Massen
22. Herstellen von Süßspeisen

§ 4 – Ausbildungsrahmenplan

(1) Die Fertigkeiten und Kenntnisse nach § 3 sollen nach der enthaltenen Anleitung zur sachlichen und zeitlichen Gliederung der Berufsausbildung (Ausbildungsrahmenplan) vermittelt werden. Eine von dem Ausbildungsrahmenplan abweichende sachliche und zeitliche Gliederung des Ausbildungsinhaltes ist insbesondere zulässig, soweit eine berufsfeldbezogene Grundausbildung vorangegangen ist oder betriebspraktische Besonderheiten die Abweichung erfordern.

(2) Die in dieser Verordnung genannten Fertigkeiten und Kenntnisse sollen so vermittelt werden, dass der Auszubildende zur Ausübung einer qualifizierten beruflichen Tätigkeit im Sinne des § 1 Abs. 2 des Berufsbildungsgesetzes befähigt wird, die insbesondere selbständiges Planen, Durchführen und Kontrollieren einschließt. Diese Befähigung ist auch in den Prüfungen nach den §§ 7 und 8 nachzuweisen.

§ 5 – Ausbildungsplan

Der Ausbildende hat unter Zugrundelegung des Ausbildungsrahmenplanes für den Auszubildenden einen Ausbildungsplan zu erstellen.

§ 6 – Berichtsheft

Der Auszubildende hat ein Berichtsheft in Form eines Ausbildungsnachweises zu führen. Ihm ist Gelegenheit zu geben, das Berichtsheft während der Ausbildungszeit zu führen. Der Ausbildende hat das Berichtsheft regelmäßig durchzusehen.

§ 7 – Zwischenprüfung

(1) Zur Ermittlung des Ausbildungsstandes ist eine Zwischenprüfung durchzuführen. Sie soll nach dem ersten Ausbildungsjahr stattfinden.

(2) Die Zwischenprüfung erstreckt sich auf die in der sachlich-zeitlichen Gliederung für das erste Ausbildungsjahr aufgeführten Fertigkeiten und Kenntnisse sowie auf den im Berufsschulunterricht entsprechend dem Rahmenlehrplan zu vermittelnden Lehrstoff, soweit er für die Berufsausbildung wesentlich ist.

(3) In höchstens drei Stunden soll der Prüfling eine praktische Aufgabe bearbeiten. Dabei soll er zeigen, dass er Arbeiten planen, durchführen und präsentieren, die Ergebnisse kontrollieren und die Gesichtspunkte der Hygiene, des Umweltschutzes, der Wirtschaftlichkeit und der Gästeorientierung berücksichtigen kann. Hierfür kommen insbesondere in Betracht:

1. Planen von Arbeitsschritten
2. Anwenden von Arbeitstechniken und
3. Präsentieren von Produkten

1.2 ALLGEMEINE HINWEISE ZUR ZWISCHENPRÜFUNG

Allgemeines zur Zwischenprüfung

In den meisten Kammerbezirken besteht die Zwischenprüfung aus drei Teilen.

Teil 1:

Theorieaufgaben mit dem Wissensstand aus max. 1,5 Jahren Ausbildungszeit gemäß Rahmenlehrplan.

Teil 2:

Warenanforderung mit oder ohne Mengenangaben zu einem Gericht bzw. Menü und/oder einem Arbeitsablaufplan zur Praxisaufgabe.

Teil 3:

Praktische Aufgabe: Diese weicht in den einzelnen Kammerbezirken stark voneinander ab. Gefordert werden können:

- 2 Arbeitsproben aus verschiedenen Komponenten/Speisen
- 2 kleine Gerichte
- 1 kleines 3-Gang-Menü
- Schnitttechniken für ein Gericht

Teile einer Praktischen Zwischenprüfung können auch sein:

- Tisch eindecken
- Gläserformen oder Geschirrteile erkennen
- Lebensmittel erkennen
- Beratungsgespräch – Vorstellung des Gerichtes am Tisch der Prüfungskommission



Eingedeckter Platz mit Brotteller, Bestecken und Gläsern für Wasser und Wein





Gläserformen



Wählen Sie die richtige Tellergröße

- ① Schwarzer Pfeffer
- ② weißer Pfeffer
- ③ Lorbeer
- ④ Piment
- ⑤ rosa Pfefferbeeren
- ⑥ grüner Pfeffer
- ⑦ Muskatnuss
- ⑧ Muskatblüte
- ⑨ Zimtstangen
- ⑩ Buchweizen
- ⑪ Pariserausbohrer
- ⑫ Olivenausbohrer
- ⑬ Grätenzange
- ⑭ Sesam gelb
- ⑮ Zestenreißer
- ⑯ Bundmesser
- ⑰ Anrichtepinzette
- ⑱ Ausbeinmesser
- ⑲ Wachholder
- ⑳ Pfefferminze
- ㉑ Thymian
- ㉒ Salbei
- ㉓ Liebstöckel



Wählen Sie das passende Zubehör

Die Zwischenprüfung besteht aus mehreren Teilen. Für jede Aufgabe erhält man eine festgelegte maximale Bearbeitungszeit. Gemäß aktueller Prüfungsordnung soll sie drei Zeitstunden nicht überschreiten.

Meist entfallen

- auf die Theorie 45 Minuten,
- auf die praktische Aufgabe 120 Minuten,
- auf das Gespräch 15 Minuten.

Für den theoretischen Teil gilt folgender Hinweis:

TIPP!

Lösen Sie zuerst die Aufgaben, bei denen Sie sich sicher fühlen und die die höchste Punktzahl ergeben. Schwer zu lösende Aufgaben sollten Sie eher am Schluss bearbeiten, um nicht zu viel Prüfungszeit zu verlieren. Markieren Sie sich Stellen, die noch nicht gelöst sind und zu denen Sie später zurückkehren wollen.

Achten Sie schon im theoretischen Teil (Arbeitsablauf, Warenanforderung, Auswahl der Speisen, ...) darauf, ob Sie den vorgegebenen Zeitrahmen einhalten können.

Wie lange dauern die einzelnen Arbeitsschritte? Was ergeben sie in der Summe? Ist es zu viel, was ich mir zumute?



1.3 VORBEREITUNG AUF DIE ZWISCHENPRÜFUNG

Beachten Sie folgende Hinweise:

- Personalausweis oder Dokument zur Legitimation
- Einladung zur Prüfung
- Gültiger und geführter Hygieneausweis – Die Schulungen müssen eingetragen sein.
- Berichtsheft – vollständig inklusive aller Unterschriften, Stunden pro Tag und Woche; Berufsschultage müssen mit dem vermittelten Stoff dokumentiert sein.
- Schreibzeug und nicht programmierbarer Taschenrechner. Prüfen Sie die Funktion. Ein Mobilfunkgerät darf nicht verwendet werden.
- Blätter für Nebenberechnungen und Notizen, Schreibunterlage
- vollständige, saubere und gebügelte Berufsbekleidung. Hierzu gehören insbesondere:
- geschlossenes, rutschfestes Schuhwerk (am besten mit verstärkter Fußspitze,
- wadenhohe Strümpfe aus Baumwolle
- Kochhose – kochfest in schwarz, gestreift oder Pepita
- Kochjacke – kochfest. Um Schweiß abzufangen, können Sie ein T-Shirt aus Baumwolle darunter tragen.
- Kochmütze als Hut, Schiffchen oder Barett
- Vorbinder oder Latzschürze
- Touchon/Anfasser
- optional: Halstuch/Schweißtuch
- persönliches Handwerkszeug
- Immer eine zweite Garnitur dabeihaben!

Voraussetzungen am Prüfungsort

So unterschiedlich die Aufgaben sein können, so unterschiedlich können auch die Bedingungen am Prüfungsort sein.

Beim persönlichen Handwerkszeug sollten Sie keine Abstriche machen. Jeder angehende Koch, jede angehende Köchin sollte diese besitzen und selbst pflegen. Hierzu gehören in erster Linie eine Grundausstattung an Messern und Zubehör.

Zum persönlichen Handwerkszeug zählen neben nachfolgenden Beispielen auch:

- Passierstab, z. B. für Suppen
- Moulinette, z. B. für Nüsse
- Handmixer, z. B. zum Sahne schlagen
- Spritzbeutel und Tüllen, z. B. für Kartoffelteige
- Latex-Handschuhe, z. B. zum Anrichten; Anmachen von Salaten



Messertasche gefüllt/Grundausrüstung

Pariser Ausstecher
 Tourniermesser
 Officemesser
 Fleischgabel
 Winkelpalette,
 mittelgroß
 Ausbeinmesser, groß
 Küchenmesser,
 mittelgroß
 Filetiermesser
 Küchenmesser, groß
 Brotmesser
 Wetzstahl



Beispiel 2 einer gefüllten Messertasche



Messertasche zum sicheren Transport und Schutz vor Beschädigungen



Nach Bekanntgabe des Prüfungsortes haben Sie die Möglichkeit, diesen zu besichtigen. Sie schaffen für sich somit eine gewisse Ruhe und Sicherheit in der Vorbereitung. Haben Sie bestimmte Fragen, können Sie das auch telefonisch mit dem Prüfungsobjekt klären. Ist der Prüfungsstandort bekannt, z.B. Ihre Berufsschule, können alle Fragen mit Ihrem Klassen- bzw. Fachpraxislehrer besprochen und abgestimmt werden.

Arbeitshygiene und Unfallschutz und Mise-en-place

Die Prüfungskommission bewertet während der Zwischenprüfung das Einhalten der Hygienevorschriften und des Unfallschutzes. Die Prüfer legen großen Wert darauf, zu erkennen, ob geltende Richtlinien angewendet und umgesetzt werden.

Hygiene – Beachten Sie folgende Grundregeln:

Waschen/Desinfizieren Sie beim ersten Betreten der Küche Ihre Hände.

Zwischenreinigung: Reinigen Sie nach jedem Arbeitsschritt gründlich den Arbeitsplatz und waschen/desinfizieren Sie sich Ihre Hände.

Beachten Sie die Mülltrennung.

Kühlen Sie die Rohstoffe nach Empfang bzw. Sichtkontrolle und nach den Arbeitsschritten (Zwischenkühlung der fertigen oder halbfertigen Produkte).

Beachten Sie die Temperaturen der hergestellten Produkte, insbesondere bei der Ausgabe/Präsentation der Speisen oder beim Warmstellen von Suppen oder Saucen.



Unfallschutz – Beachten Sie folgende Grundregeln:

Beachten Sie die richtige Fingerhaltung bei Zuschnitten! Krallengriff.

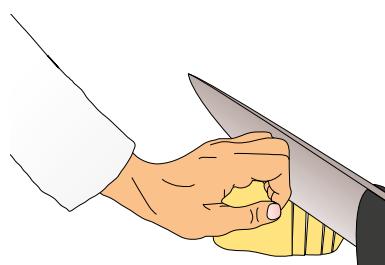
Vor der Reinigung von Küchengeräten ziehen Sie immer den Netzstecker. Dabei immer am Stecker anfassen, nicht am Kabel ziehen!

Beim Abgießen von heißen Flüssigkeiten den Deckel gut fixieren – am besten mit einem Touchon.

Abstand halten bzw. Vorsicht beim Öffnen von Töpfen und Öfen.

Allgemeine Ordnung. Lassen Sie nichts herumliegen. Messerschneiden zeigen immer zur Brettfläche, ...

Bei der Verwendung von Reinigungsmitteln auf die Verbrauchs- und Anwendungshinweise achten.



Mise-en-place

Der Arbeitsablauf ist vielseitig. Ihr Menü oder Gericht hat viele Arbeitsschritte – und diese überkreuzen sich.

Nur eine zweckmäßige Bereitstellung und Vorbereitung aller erforderlichen Hilfsmittel und Zutaten ermöglichen eine zufriedenstellende Arbeitsleistung.

Die Mise-en-place ist in einem Klein- oder Mittelbetrieb stets für die ganze Küche gültig und daher umfangreicher als in einem Großbetrieb, in dem die Mise-en-place jedes Postens verschieden ist.

Ihre Prüfung ist mit einem Kleinbetrieb vergleichbar. Sie müssen alle Aufgaben für Ihr Menü/Gericht sowohl in der Vorbereitung als auch in der Zu- und Nachbereitung allein ausführen.

1. Menü und Ablaufplan haben Sie im Theorienteil geschrieben. Gehen Sie ihn gedanklich noch einmal durch.
2. Schneidebrett und erforderliche Werkzeuge werden geordnet.
3. Pfannen, Töpfe, Kasserollen, Sautoirs usw. bereitstellen.
4. Gewürze und weitere Hilfsmittel bereitstellen.

1. Stufe

Stufe 2 gilt der Zubereitung der Speisen

1. Bestimmte Arbeitsschritte wie Fleischzuschnitte, Gemüse tournieren und blanchieren, Saucenansätze, Marinieren von Rohstoffen ausführen.
2. In Stufe 3 müssen die Rohstoffe so vorliegen, dass alles gleichzeitig fertiggestellt und über den Pass gehen kann. Alle Arbeiten müssen dann wie ein Zahnrad in das Andere greifen. So wird sichergestellt, dass Ihr Menü/Gericht mit allen Komponenten auch gleichzeitig serviert werden kann.

2. Stufe

1. Mit dem Service beginnt das Fertigstellen, Anrichten und Servieren der Speisen, z.B. auf Tellern, Anrichteplatten, in Saucieren, Terrinen oder Assietten.
2. Je besser das Mise-en-place, umso besser der Service.
3. Beachten Sie auch einen möglichen Nachservice. Eventuell möchte die Prüfungskommission noch Sauce zur besseren Bewertung haben. Halten Sie etwas vorrätig.

3. Stufe

Einrichten des Arbeitsplatzes

Arbeitsplatz einrichten in 3 Ebenen

Ebene 1: Der innere Greifraum: Hier sind die wichtigen Zutaten und die häufig verwendeten Gegenstände zu finden.

Ebene 2: Der äußere Greifraum: Hier sind die Zutaten, die erst später im Rezept benötigt werden und nicht gekühlt werden müssen sowie die Arbeitsgeräte, die weniger benutzt oder störend von Größe und Form sind.

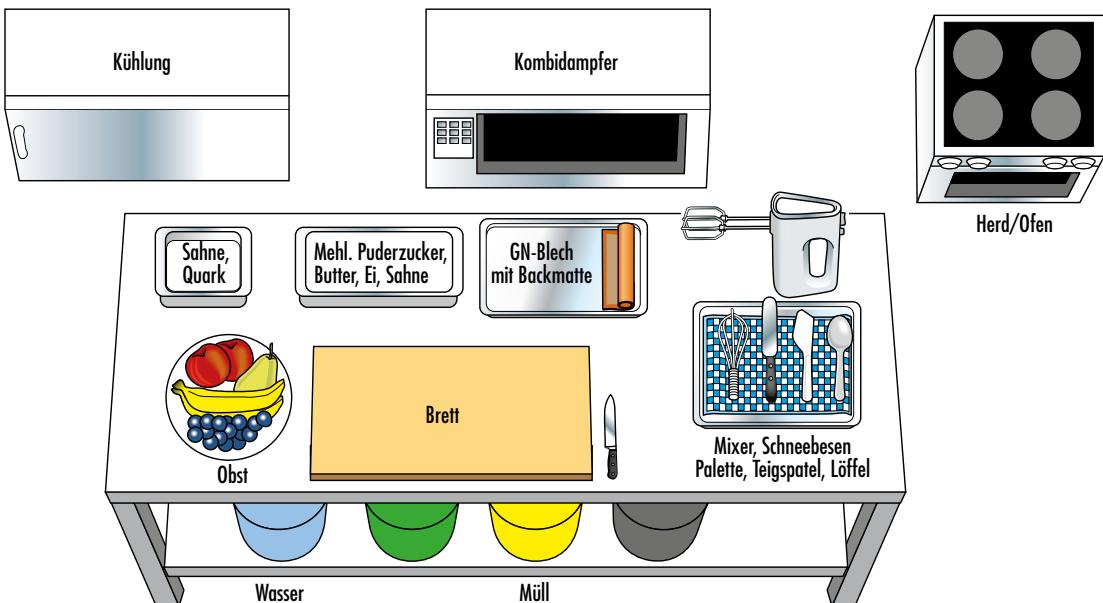
Ebene 3: Mülltrennung und Zwischenreinigung

Allgemeine Hinweise

- Passen Sie den Aufbau Ihrem Bewegungsablauf an. Rechtshänder arbeiten von links nach rechts und Linkshänder anders herum.
- Arme und Hände sollten sich bei den praktischen Arbeiten nicht überkreuzen.
- Rohware steht bei Rechtshändern links und Arbeitsmittel rechts.
- Weitere Hilfsmittel, wie Schüsseln, stehen oberhalb des Brettes.
- Abfallmöglichkeiten (grün, gelb, schwarz) stehen wenn möglich unter dem Arbeitstisch (Ablageboden) oder außerhalb des inneren und äußeren Greifraums.

Beispiel Mise-en-place

Obstsalat mit Quark und Hippenröllchen und Kohlrouladen mit Salzkartoffeln



Obstsalat:

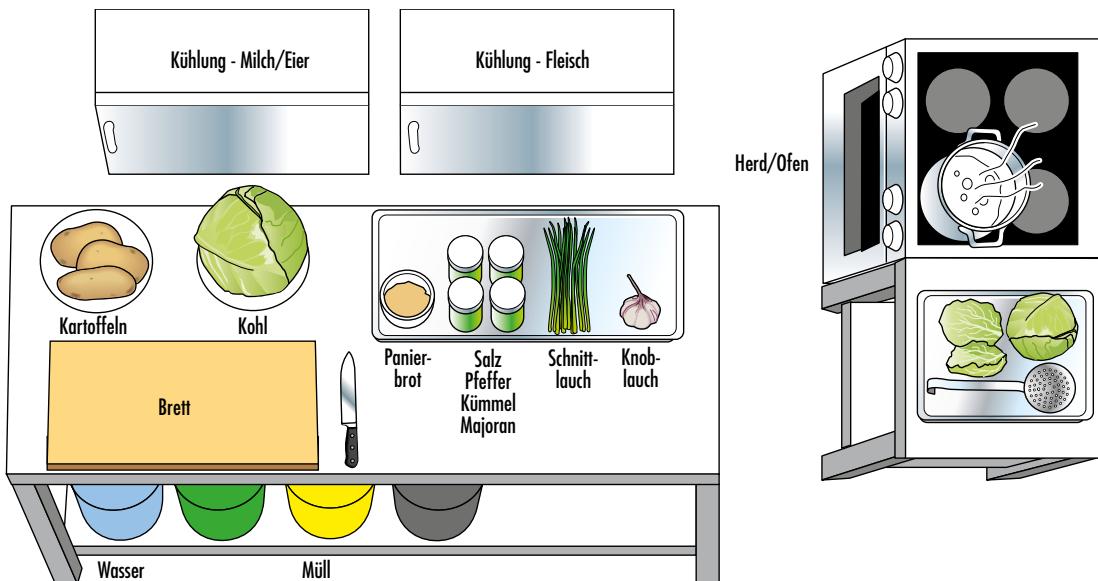
Mit welchem Arbeitsschritt beginne ich und warum? Um dies zu beantworten, geht man gedanklich die Herstellungszeit, Aufwand, Standzeit und eventuell damit verbundenen Qualitätsverlusten optisch wie geschmacklich nach.

Demnach beginnt man hier mit dem Hippenröllchen. Sie sind gebacken und trocken aufbewahrt gut lagerfähig. Anschließend sollte der Quark hergestellt werden. Zum Schluss bereiten Sie den Obstsalat zu, da hier die größten Qualitätsverluste auftreten können (Flüssigkeit tritt aus, Farbe kann sich verändern, Aromen gehen verloren bzw. verwässern ...).

Ablaufplan 1 – Obstsalat mit Quark mit Hippenröllchen

- Hippenmasse herstellen (s. S. 213). Diese für mindestens 20 Minuten ruhen/ausquellen lassen.
- Quark mit Gewürzen /Aromen verrühren; geschlagene Sahne vorsichtig unterheben; gekühlt bereithalten.
- Hippenmasse auf eine Silikonmatte oder Backpapier aufstreichen; dünn und dabei sehr gleichmäßig aufstreichen. (eigene oder gekaufte Schablonen können verwendet werden – s. S. 228)
- Hippen ca. 4 Minuten bei 160 °C anbacken.
- Währenddessen den Arbeitsplatz für den Obstsalat vorbereiten.
- Hippenmasse aus dem Ofen nehmen und kurz auskühlen lassen.
- Hippen ein zweites Mal in den Ofen schieben und goldgelb nachbacken. Durch diesen Vorgang wird verhindert, dass die Hippen zu dunkel werden.
- Hippen heiß entnehmen und sofort formen. (**Nach dem Abkühlen sind Hippen nicht mehr formbar – sie brechen!**)
- Obst bereitstellen und mit dem höchsten Säuregehalt beginnen. Nach Rezeptur zuschneiden und marinieren.
- Service/Anrichten

Ablaufplan 2 – Kohlrouladen mit Salzkartoffeln



- Kohl blanchieren/kochen (Überbrühen oder Tauchen in kochende Flüssigkeit ist hierfür nicht ausreichend.)
- zum Wickeln der Rouladen währenddessen kochfesten Bindfaden zuschneiden (s. S. 29)
- einzelne Kohlblätter zuschneiden (z. B. Blattrippen entfernen oder glatt schneiden)
- immer zwei Kohlblätter passend zusammenlegen
- zwischendurch Kartoffeln waschen, schälen, waschen und ansetzen
- Gewürze und weitere Zutaten für das Hackfleisch bereitstellen
- Hackfleisch abschmecken, abwiegen, formen und auf die Kohlblätter legen
- Kohlblätter zusammenrollen und mit dem kochfesten Bindfaden binden
- Fett in einem passenden Kochgeschirr erhitzen und die Kohlrouladen von allen Seiten gleichmäßig anbraten
- Rouladen entnehmen und im Ofen weiter garen
- währenddessen den Saucenansatz im Bratfett fertigstellen (Kohlabschnitte dafür anbraten und mit gegebener brauner Brühe ablöschen)
- Rouladen damit übergießen und zugedeckt für mindestens 45 Minuten schmoren
- Kartoffeln nach ihrer Garzeit abgießen und warm stellen – evtl. Kräuter vorbereiten
- Service/Anrichten

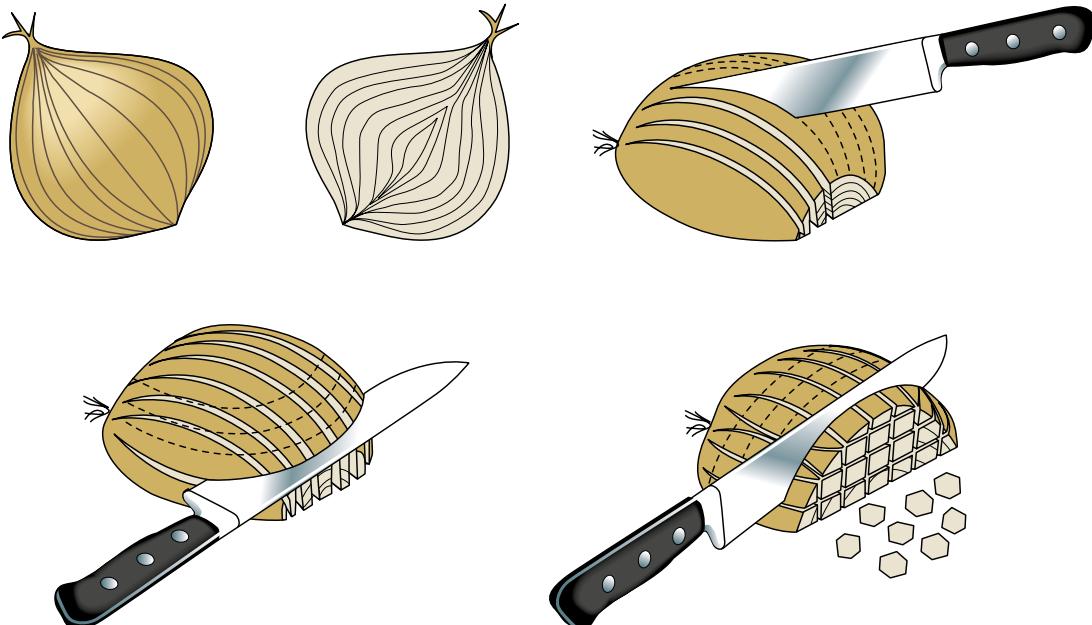
Lebensmittel zerkleinern

Schnitttechniken werden bei einer Zwischenprüfung direkt als Aufgabe eingefordert oder stehen im besonderen Fokus. Man erwartet, dass Sie den Umgang mit dem Messer beherrschen.

Zwiebeln – Zwiebelwürfel

Zwiebeln können in verschiedene Formen geschnitten werden. Je nach Anwendung benötigt man

- feine Würfel (Brunoise) z. B. für sautierte Fleischspeisen,
- Streifen (Julienne), z. B. für Steaks,
- Blättchen (Paysanne), z. B. für Suppen oder Ringe.



1. Zwiebeln schälen/enthäuten; Wurzel dabei bestmöglich erhalten (Halt) – von der Blüte zur Wurzel halbieren, um eine Auflagefläche zu erhalten.
2. Zwiebel mit der flachen Schnittstelle auf das Arbeitsbrett legen; längs von der Blüte her einschneiden; dabei die Wurzel nicht durchschneiden.
3. Zwiebel (vor allem bei größeren) flach so einschneiden, dass die Wurzel nicht durchschnitten wird.
4. Nun quer in Würfel schneiden. Diese fallen durch das Einschneiden auseinander.

Bei den Zwiebelringen werden die ganzen und geschälten Zwiebeln quer geschnitten. Beim Auseinanderdrücken der Segmente entstehen Ringe.

Bei den Blättchen werden die halbierten Zwiebeln in Segmente zerlegt und dann auf das Arbeitsbrett gedrückt. Dabei springen die halben Schalen auseinander. Diese können nun zugeschnitten werden. Gleichtes geschieht beim Zuschnitt in Streifen.

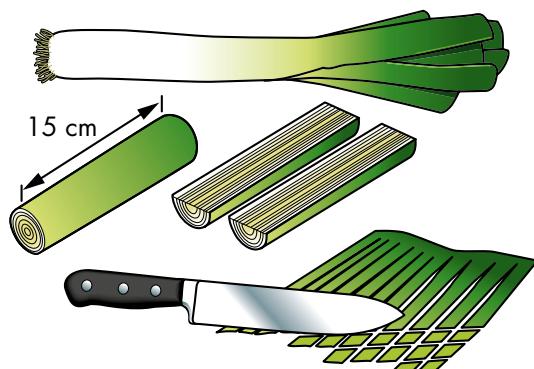
Porree – Rauten

Porree ist ein Gemüse mit einer speziellen Form. Bei bestimmten Zuschnitten muss es besonders vorbereitet werden.

Porree in Stücke von ca. 15 cm Länge zuschneiden; diese dann längs halbieren.

Segmente gründlich waschen – zwischen den Segmenten befinden sich oft anhaftende Erdansätze.

einzelne Segmente übereinanderlegen und in breite Streifen schneiden; schräg in Rauten schneiden.



Schnittlauch – Schnittlauchröllchen

Kräuter werden geschnitten und nicht gehackt. Dies gilt auch für Schnittlauch.

Den gewaschenen Schnittlauch eng zusammennehmen und mit Hilfe des Krallengriff senkrecht schneiden – wenig Druck, ein scharfes Messer und genügend Schneidbewegung sorgen für ein perfektes Ergebnis.



Karotten – Karottenstreifen

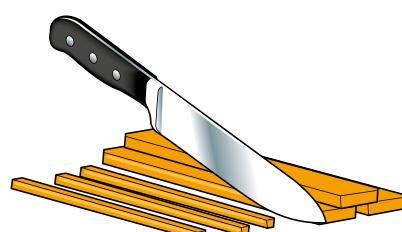
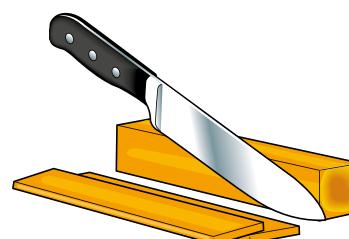
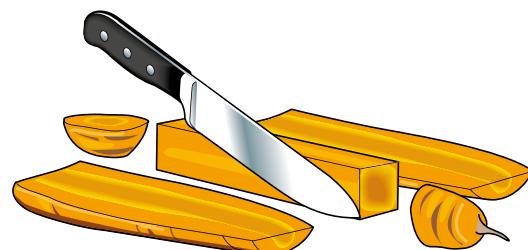
Karotten sind nicht nur rundlich, sondern auch sehr fest. Somit muss hier beim Schneiden besondere Vorsicht gelten.

Geschälte Karotten in handliche Stücke schneiden (die gewünschte Länge wird hierbei schon festgelegt – als Suppeneinlage kürzer und für ein Schmorsteak als Auflage etwas länger).

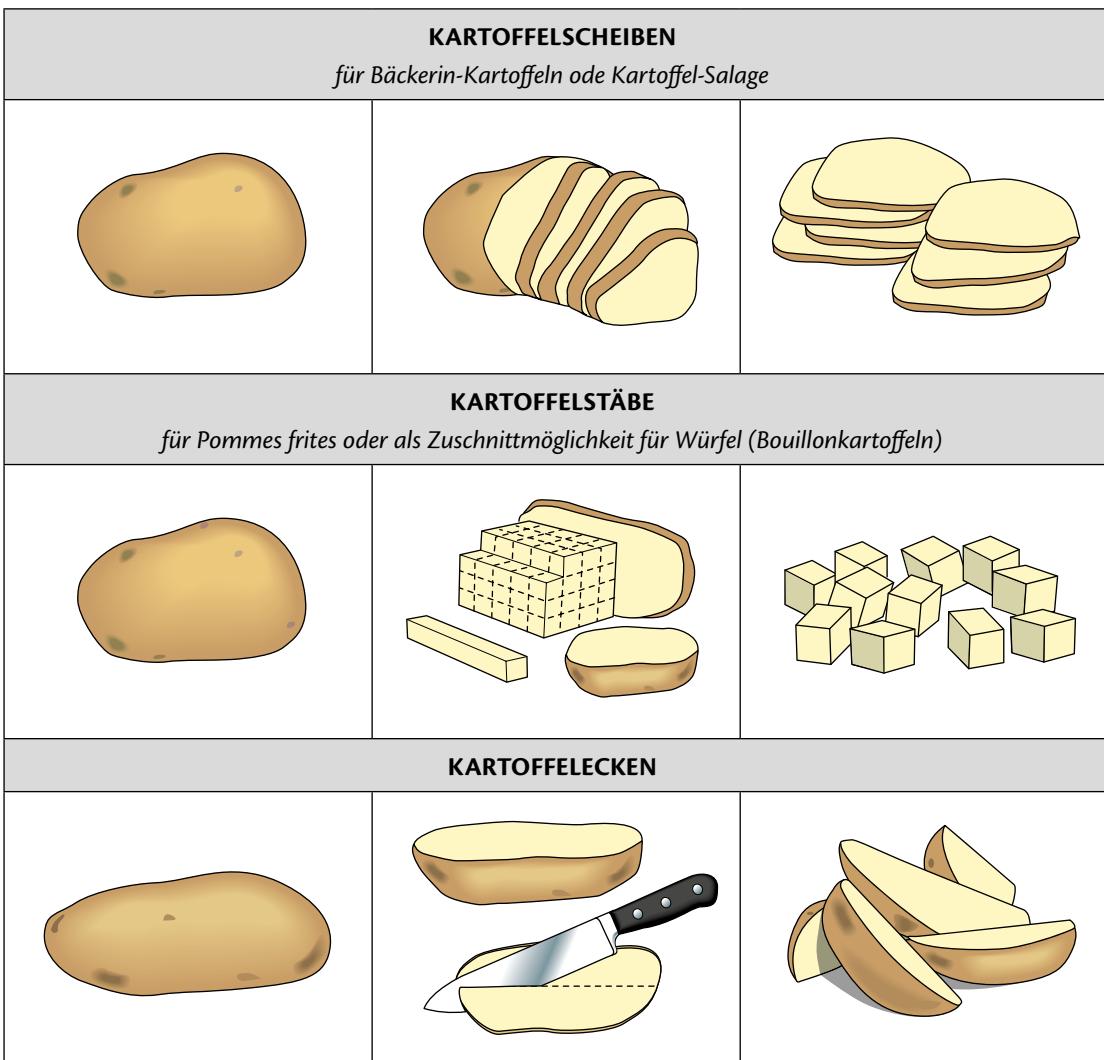
Die Karotte sicher mit dem Krallengriff fixieren und die Kanten glattschneiden.

Die nun zugeschnittene Karotte in Scheiben der gewünschten Stärke schneiden, aus diesen dann die Streifen schneiden.

Abschnitte werden genutzt für Kartoffel-Karotten-Sstampf oder Suppen.

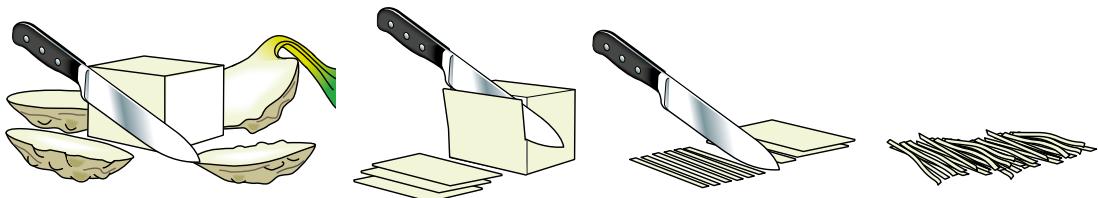


Kartoffelformen



Sellerie – Selleriestroh

Sellerie ist ein meist stark verschmutztes Wurzelgemüse und muss immer sehr gründlich gewaschen werden. Beim Entfernen der äußeren Schalenhaut kann trotzdem immer noch anhaftende Erde abfallen. Reinigen Sie den Arbeitsplatz nach der Bearbeitung von erdhaltigem Gemüse immer sehr gründlich.



Praktische Arbeitsproben Zwischenprüfung

Mögliche praktische Arbeitsaufgaben für die Zwischenprüfung werden im Folgenden genannt. Diese Fertigkeiten sollte ein Auszubildender bis zur Zwischenprüfung erlernt haben. Prüfen Sie in regelmäßigen Abständen, ob diese im Rahmen Ihrer Ausbildung im Betrieb und in der Berufsschule vermittelt wurden.

SALATE	SUPPEN	EIERSPEISEN	KALTE VORSPEISEN
Tomate, Mozzarella, Rucola und passendes Dressing	Gebundene Suppen wie Rahm- und Samtsuppen	Omelett süß oder herhaft	Kleiner bunter Salat mit Geflügelstreifen oder Croûtons
Gurkensalat mit saurer Sahne	Gebundene braune Suppen, z. B. Gulaschsuppe	Pochierte Eier	Canapés
Bunter Blattsalat mit Croutons	Püreesuppen, z. B. Kartoffelsuppe	Pfannkuchen, Crêpes oder Palatschinken	Feinkostsalate, z. B. Fleischsalat Geflügelsalat oder Waldorfsalat
Rohkostsalate wie Karotte-Apfel	Eintöpfe, z. B. Linseneintopf	Rührei mit verschiedenen Zutaten	Marinierte Rote Bete mit Frischkäsenocken
NUDELGERICHTE	WIRKSTOFFREICHE BEILAGEN	SÄTTIGUNGS-BEILAGEN	WARME ZWISCHEN-GERICHTE
Spaghetti mit Hackfleischsauce	Gedünstetes Gemüse, z. B. Spinat eventuell mit Glasieren – z. B. Glasierte Karotten	tournierten Kartoffeln, Reibekuchen, Pommes frites oder Bratkartoffeln	Verschiedene Gratinis
Tagliatelle mit Spinat-Käse-Sauce	Geschmorter Kohl	Kartoffelteige z. B. für Herzoginkartoffeln	Spiegelei mit Bratkartoffeln
Lasagne oder Cannelloni	Sautiertes Gemüse wie Pilzbeilagen	Reis, z. B. Pilawreis	Omelette mit hellem Ragout, gefüllt
Nudelsalat	Frittierte Gemüse, z. B. Blumenkohl	Spätzle	Pochierte Eier
GEFLÜGEL	SCHLACHTFLEISCH	FISCH	DESSERTS
Hähnchenbrust mit oder ohne Haut und Flügel	Hackfleischgerichte Paprikaschoten, Königsberger Kochklops oder Kohlrouladen	Kochfisch in Dillsauce mit Kartoffelstampf	Quarkcreme, Joghurtspeisen
Hähnchenkeule	Schnitzel	Fischfilet gebraten	Flammeris
Putenschnitzel	Gulasch	Marinierter Fisch, z. B. Brathering	Krapfen
Geschnetzeltes	Geschnetzeltes	Gebackener Fisch	Fruchtsalate

Praktische Aufgaben können aber auch das richtige Eindecken; Schnittformen; der Aufbau eines Arbeitsplatzes oder auch Waren-/Rostofferkennungen sein.



1.4 MÖGLICHE SPEISEN UND GERICHTE EINER ZWISCHENPRÜFUNG

Brote selbst backen

Weißbrot – Grundrezept	Olivenvorbro
0,250 kg Mehl	0,250 kg Mehl
0,150 l Milch	0,150 l Milch
0,025 kg frische Hefe	0,075 l Olivenöl
0,020 kg weiche Butter	0,050 kg Oliven – schwarz ohne Stein
Salz, Zucker	0,025 kg frische Hefe
	Salz, Zucker, Rosmarin, Thymian, Knoblauch
Tomatenbrot	Kartoffelbrot
0,250 kg Mehl	0,250 kg Mehl
0,100 l Milch	0,100 kg geriebene Kartoffeln
0,050 l Olivenöl	0,050 l Olivenöl
0,025 kg frische Hefe	0,150 l Milch
0,010 kg Tomatenmark	0,030 kg frische Hefe
Salz, Pfeffer, Zucker, Basilikum, Knoblauch	0,020 kg weiche Butter
	Salz, Zucker, Kümmel
Karotten-Walnuss-Brot	Kräuterbrot
0,250 kg Mehl	0,250 kg Mehl
0,100 kg geriebene Karotten	0,100 l Milch
0,030 kg Walnussekerne Bruch	0,050 kg frische Hefe
0,050 l Walnussöl	Blatt Petersilie, Schnittlauch, Basilikum, Salz, Pfeffer, Zucker
0,150 l Milch	
0,030 kg frische Hefe	
Salz, Zucker	

- Die Hefe leicht zerbröseln und in warmer Milch mit einer Prise Zucker auflösen, 5 Minuten stehen lassen.
- In der Zwischenzeit Mehl sieben und mit den restlichen Zutaten mischen.
- Milch-Hefe-Gemisch zugeben und gut vermengen. Zugedeckt an einem warmen Ort für 20 bis 30 Minuten ruhen lassen.
- Brot in eine entsprechende Form geben und nochmals für 10 Minuten gehen lassen. Je nach Größe der Form für 20 bis 60 Minuten bei 200°C backen.

Wählen Sie für die Zwischenprüfung eine kleine Backform, um die Backzeit niedrig zu halten.



Verwendungsmöglichkeiten

- Als Zugabe für Salate, Suppen oder kalte und warme Vorspeisen.

