

## Hinweis zu den anhängenden Inhaltlisten

Zur Vorbereitung auf Ihre praktische Prüfung erhalten Sie zwei Inhaltslisten, (jeweils mit Pflicht und Wahlkomponenten), auf die Sie sich vorbereiten müssen.

Dies sind die Inhaltslisten zu den Arbeitsaufgaben 10A und 11B

Am Prüfungstag wird vor Beginn der Prüfung ein Warenkorb festgelegt, den Sie bearbeiten müssen.

Beachten Sie also, dass nur ein Warenkorb, mit den dazugehörigen Komponenten, in der praktischen Prüfung bearbeitet wird.

Viel Erfolg für Ihre Prüfung

*Ihr IHK-Prüfungsteam*

## Gestreckte Abschlussprüfung Teil II (praktisch) Koch/Köchin

### Arbeitsaufgabe 10A

Erstellen Sie aus den zwei Listen (Pflicht- und Wahlbestandteile) ein „Drei Gänge-Menü“ mit einer

**Vorspeise:** kalten oder warmen Vorspeise oder einer Suppe mit Einlage

**Hauptgericht:** mit einer Sauce, zwei Gemüsebeilagen mit unterschiedlichen Garverfahren und einer Sättigungsbeilage

**Dessert:** einer Crèmespeise mit einer gefrorenen oder einer gebackenen Komponente

für jeweils sechs Personen.

#### **Pflichtbestandteile:**

800	g	Kalbstafelspitz
500	g	Kalbsknochen
		Zucchini
		Aubergine
2	St.	geräucherte Forellen (à 300 g) zum Auslösen
		Wachteleier
		Nektarine

**Wahlbestandteile** siehe Rückseite →

## Liste der Wahlbestandteile

Gemüse/Salate	Molkereiprodukte	Trockengewürze	Mühlenerzeugnisse
Champignons	Butter	Chili	Biskuitbrösel
Cocktailtomaten	Crème fraîche	Curry	Couscous
Fenchel	Joghurt	Gewürznelke	Hartweizengrieß
Gurke	Milch (3,5%)	Haco Weiß	Kartoffelmehl
Karotten	Parmesan	Kardamom	Mehl (Type 405, 550)
Kartoffeln, festkochend	Sauerrahm	Koriander	Wiener Griessler
Kartoffeln, mehlig	Schlagrahm	Kümmel	Mondamin
Knollensellerie	Topfen (20%)	Kurkuma	Pankobräsel
Kohlrabi		Majoran	Polenta (Instant)
Lauch		Muskatnuss	Semmelbrösel
Lauchzwiebel	<b>Geflügelprodukte</b>	Paprika edelsüß	Toastbrot
Meerrettich, frisch	Chicken-Wings	Pfefferkörner, schw.	
Salat Lollo rosso/bionda	Freilandbeier	Pfefferkörner, weiß	
Schalotten		Piment	<b>Reis</b>
Spitzkohl	<b>Kalb, Schwein</b>	Raz el Hanout	Langkornreis (parboiled)
Tomaten	Kalbsknochen	Safran	Rundkornreis
Zucchini	Wammerl, geräuchert	Sternanis	
Zwiebel (Gemüsezwiebel)		Tonkabohne	<b>Hülsenfrüchte</b>
<b>Frische Kräuter</b>	<b>Trockenwaren</b>	Wacholderbeeren	Belugalinsen
Basilikum	Backpflaumen	Zimt	Quinoa
Blutampfer	Blattgelatine	Zimtstange	Walnüsse
Daikon-Kresse	Hefe	<b>Öle</b>	Haselnüsse
Dill	Honig	Olivenöl	Sesam, weiß, schwarz
Estragon	Kakao	Sonnenblumenöl	
Ingwerwurzel	Kapern	Kürbiskernöl	
Kerbel	Kürbiskerne	Frittierzett	<b>Alkohol/Säfte</b>
Knoblauch	Kokosmilch		Amaretto
Koriandergrün	Kuvertüre, weiß	<b>Saucen/Würzmittel</b>	Cognac
Liebstöckel	Kuvertüre, dunkel	Aceto Balsamico	Cointreau
Lorbeerblatt	Mandeln gehobelt	Apfelessig	Gin
Minze	Marzipan	Eiertomaten, Dose	Himbeergeist
Petersilie	Oliven, grün, schwarz	Himbeeressig	Kirschwasser
Rosmarin	Puderzucker	Pommery Senf	Madeira
Salbei	Räuchermehl	Sherryessig	Noilly Prat
Schnittlauch	Sultaninen	Senf, scharf	Pernod
Thymian	Wasabi Paste	Sojasauce	Portwein, rot, weiß
Zitronengras	Zucker	Salz	Rotwein
	Zucker, braun	Tabasco	Rum, dunkel
<b>Obst/Früchte</b>	<b>Convenience Produkte</b>	Tomatenketchup	Sherry
Äpfel Gala	Blätterteig	Tomatenmark	Weißwein
Birnen	Himbeeren TK	Vanilleschote	
Limonen		Weißweinessig	Apfelsaft
Orangen		<b>Zusatzstoffe</b>	Tomatensaft
Zitronen		Agar-Agar	
		Xanthan	

## **Gestreckte Abschlussprüfung Teil II (praktisch)** **Koch/Köchin**

### **Arbeitsaufgabe 11B**

Erstellen Sie aus den zwei Listen (Pflicht- und Wahlbestandteile) ein „Drei Gänge-Menü“ mit einer

**Vorspeise:** kalten oder warmen Vorspeise oder einer Suppe mit Einlage

**Hauptgericht:** mit einer Sauce, zwei Gemüsebeilagen mit unterschiedlichen Garverfahren und einer Sättigungsbeilage

**Dessert:** einer Crèmespeise mit einer gefrorenen oder einer gebackenen Komponente

für jeweils sechs Personen.

#### **Pflichtbestandteile:**

1000	g	Seeteufel zum Filetieren
300	g	Plattfischgräten
500	g	Pulpo Tentakeln
		Pfifferlinge
		Zucchini, gelb
		Himbeeren

**Wahlbestandteile siehe Rückseite** →

## Liste der Wahlbestandteile

Gemüse/Salate	Molkereiprodukte	Trockengewürze	Mühlenerzeugnisse
Champignons	Butter	Chili	Biskuitbrösel
Cocktailtomaten	Crème fraîche	Curry	Couscous
Fenchel	Joghurt	Gewürznelke	Hartweizengrieß
Gurke	Milch (3,5%)	Haco Weiß	Kartoffelmehl
Karotten	Parmesan	Kardamom	Mehl (Type 405, 550)
Kartoffeln, festkochend	Sauerrahm	Koriander	Wiener Griessler
Kartoffeln, mehlig	Schlagrahm	Kümmel	Mondamin
Knollensellerie	Topfen (20%)	Kurkuma	Pankobräsel
Kohlrabi		Majoran	Polenta (Instant)
Lauch		Muskatnuss	Semmelbrösel
Lauchzwiebel	<b>Geflügelprodukte</b>	Paprika edelsüß	Toastbrot
Meerrettich, frisch	Chicken-Wings	Pfefferkörner, schw.	
Salat Lollo rosso/bionda	Freilandbeier	Pfefferkörner, weiß	
Schalotten		Piment	<b>Reis</b>
Spitzkohl	<b>Kalb, Schwein</b>	Raz el Hanout	Langkornreis (parboiled)
Tomaten	Kalbsknochen	Safran	Rundkornreis
Zucchini	Wammerl, geräuchert	Sternanis	
Zwiebel (Gemüsezwiebel)		Tonkabohne	<b>Hülsenfrüchte</b>
<b>Frische Kräuter</b>	<b>Trockenwaren</b>	Wacholderbeeren	Belugalinsen
Basilikum	Backpflaumen	Zimt	Quinoa
Blutampfer	Blattgelatine	Zimtstange	Walnüsse
Daikon-Kresse	Hefe	<b>Öle</b>	Haselnüsse
Dill	Honig	Olivenöl	Sesam, weiß, schwarz
Estragon	Kakao	Sonnenblumenöl	
Ingwerwurzel	Kapern	Kürbiskernöl	
Kerbel	Kürbiskerne	Frittierzett	<b>Alkohol/Säfte</b>
Knoblauch	Kokosmilch		Amaretto
Koriandergrün	Kuvertüre, weiß	<b>Saucen/Würzmittel</b>	Cognac
Liebstöckel	Kuvertüre, dunkel	Aceto Balsamico	Cointreau
Lorbeerblatt	Mandeln gehobelt	Apfelessig	Gin
Minze	Marzipan	Eiertomaten, Dose	Himbeergeist
Petersilie	Oliven, grün, schwarz	Himbeeressig	Kirschwasser
Rosmarin	Puderzucker	Pommery Senf	Madeira
Salbei	Räuchermehl	Sherryessig	Noilly Prat
Schnittlauch	Sultaninen	Senf, scharf	Pernod
Thymian	Wasabi Paste	Sojasauce	Portwein, rot, weiß
Zitronengras	Zucker	Salz	Rotwein
	Zucker, braun	Tabasco	Rum, dunkel
<b>Obst/Früchte</b>	<b>Convenience Produkte</b>	Tomatenketchup	Sherry
Äpfel Gala	Blätterteig	Tomatenmark	Weißwein
Birnen	Himbeeren TK	Vanilleschote	
Limonen		Weißweinessig	Apfelsaft
Orangen		<b>Zusatzstoffe</b>	Tomatensaft
Zitronen		Agar-Agar	
		Xanthan	