

## Hinweis zu den anhängenden Inhaltslisten

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 05B und 05C

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 05B

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:**

|   |     |                                    |
|---|-----|------------------------------------|
| 1 | St. | Zander à ca. 1300 g zum Filetieren |
| 6 | St. | Jakobsmuscheln                     |
|   |     | Lauch                              |
|   |     | Tomatensaft                        |
|   |     | Paprika, rot, gelb                 |
| 3 |     | Babyananas                         |
|   |     |                                    |

## 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              | Pankobrösel              |
| Kohlrabi                 |                       | Majoran              | Polenta (Instant)        |
| Lauch                    |                       | Muskatnuss           | Semmelbrösel             |
| Lauchzwiebel             | Geflügelprodukte      | Paprika edelsüß      | Toastbrot                |
| Meerrettich, frisch      | Chicken-Wings         | Pfefferkörner, schw. |                          |
| Salat Lollo rosso/bionda | Freilandeier          | Pfefferkörner, weiß  |                          |
| Schalotten               |                       | Piment               | Reis                     |
| Spitzkohl                | Kalb, Schwein         | Raz el Hanout        | Langkornreis (parboiled) |
| Tomaten                  | Kalbsknochen          | Safran               | Rundkornreis             |
| Zucchini                 | Wammerl, geräuchert   | Sternanis            |                          |
| Zwiebel (Gemüsezwiebel)  |                       | Tonkabohne           | Hülsenfrüchte            |
| Frische Kräuter          | Trockenwaren          | Wacholderbeeren      | Belugalinsen             |
| Basilikum                | Backpflaumen          | Zimt                 | Quinoa                   |
| Blutampfer               | Blattgelatine         | Zimtstange           | Walnüsse                 |
| Daikon-Kresse            | Hefe                  | Öle                  | Haselnüsse               |
| Dill                     | Honig                 | Olivenöl             | Sesam, weiß, schwarz     |
| Estragon                 | Kakao                 | Sonnenblumenöl       |                          |
| Ingwerwurzel             | Kapern                | Kürbiskernöl         |                          |
| Kerbel                   | Kürbiskerne           | Frittierfett         | Alkohol/Säfte            |
| Knoblauch                | Kokosmilch            |                      | Amaretto                 |
| Koriandergrün            | Kuvertüre, weiß       | Saucen/Würzmittel    | 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              |
| Obst/Früchte             | Convenience Produkte  | Tomatenketchup       | Sherry                   |
| Äpfel Gala               | Blätterteig           | Tomatenmark          | Weißwein                 |
| Birnen                   | Himbeeren TK          | Vanilleschote        |                          |
| Limonen                  |                       | Weißweinessig        | Apfelsaft                |
| Orangen                  |                       | Zusatzstoffe         | Tomatensaft              |
| Zitronen                 |                       | Agar-Agar            |                          |
|                          |                       | Xanthan              |                          |

# Gestreckte Abschlussprüfung Teil II (praktisch) Koch/Köchin

## Arbeitsaufgabe 05C

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:**

|     |     |                                          |
|-----|-----|------------------------------------------|
| 2   | St. | Perlhühner (à 1,2 – 1,4 kg) zum Auslösen |
|     |     | Chicorée                                 |
|     |     | Fenchel                                  |
| 200 |     | Lachs, geräuchert                        |
| 3   | St. | Pfirsiche                                |
|     |     |                                          |

**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              | Pankobrösel              |
| Kohlrabi                 |                       | Majoran              | Polenta (Instant)        |
| Lauch                    |                       | Muskatnuss           | Semmelbrösel             |
| Lauchzwiebel             | Geflügelprodukte      | Paprika edelsüß      | Toastbrot                |
| Meerrettich, frisch      | Chicken-Wings         | Pfefferkörner, schw. |                          |
| Salat Lollo rosso/bionda | Freilandeier          | Pfefferkörner, weiß  |                          |
| Schalotten               |                       | Piment               | Reis                     |
| Spitzkohl                | Kalb, Schwein         | Raz el Hanout        | Langkornreis (parboiled) |
| Tomaten                  | Kalbsknochen          | Safran               | Rundkornreis             |
| Zucchini                 | Wammerl, geräuchert   | Sternanis            |                          |
| Zwiebel (Gemüsezwiebel)  |                       | Tonkabohne           | Hülsenfrüchte            |
| Frische Kräuter          | Trockenwaren          | Wacholderbeeren      | Belugalinsen             |
| Basilikum                | Backpflaumen          | Zimt                 | Quinoa                   |
| Blutampfer               | Blattgelatine         | Zimtstange           | Walnüsse                 |
| Daikon-Kresse            | Hefe                  | Öle                  | Haselnüsse               |
| Dill                     | Honig                 | Olivenöl             | Sesam, weiß, schwarz     |
| Estragon                 | Kakao                 | Sonnenblumenöl       |                          |
| Ingwerwurzel             | Kapern                | Kürbiskernöl         |                          |
| Kerbel                   | Kürbiskerne           | Frittierfett         | Alkohol/Säfte            |
| Knoblauch                | Kokosmilch            |                      | Amaretto                 |
| Koriandergrün            | Kuvertüre, weiß       | Saucen/Würzmittel    | 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              |
| Obst/Früchte             | Convenience Produkte  | Tomatenketchup       | Sherry                   |
| Äpfel Gala               | Blätterteig           | Tomatenmark          | Weißwein                 |
| Birnen                   | Himbeeren TK          | Vanilleschote        |                          |
| Limonen                  |                       | Weißweinessig        | Apfelsaft                |
| Orangen                  |                       | Zusatzstoffe         | Tomatensaft              |
| Zitronen                 |                       | Agar-Agar            |                          |
|                          |                       | Xanthan              |                          |