

## 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 02A und 02B

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 02A

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:**

1100	g	Kalbsbäckchen
3	St.	Wachteln zum Auslösen
		Keniabohnen
6	St.	Wachteleier, frisch
		Äpfel (Boskop)
		Romanesco

**Wahlbestandteile** siehe Rückseite



## Liste der Wahlbestandteile

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

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

### **Arbeitsaufgabe 02B**

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.	Fjordsaibling ca. 1000 g zum Filetieren
300	g	Fischgräten von Plattfischen
700	g	Kalbszunge
		Kräuterseitlinge
		Nougat
		Artischocken (Petit Violet)
		Johannisbeeren

**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	