

## 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 10A und 11A

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	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 11A

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:**

3	St.	Wildhasenrücken zum Auslösen (à ca. 650 g)
		Kirschen
		Pfifferlinge
		Spitzkohl
		Paprika, rot, gelb
		Austernpilze
		Erdbeeren

**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	