

## Abschlussprüfung Koch/Köchin Muster-Arbeitsablaufplan

Arbeitsplatznummer: \_\_\_\_\_

### Tragen Sie Ihr Prüfungsmenü ein:

#### 1. Gang

Gebratenes Doradenfilet  
Rieslingsauce  
frische Pfifferlinge  
mediterranes Gemüse

#### 2. Gang

Geschmorter Kalbstafelspitz  
Rosmarinsauce  
Bohnen, Kohlrabi und Fingermöhrrchen  
Polenta

#### 3. Gang

Erdbeerquark im Strudelteigkörnchen  
Rhabarberkompott

Erstellen Sie in 30 Minuten einen Arbeitsablaufplan für Ihr Menü

Berücksichtigen Sie hierbei insbesondere die notwendigen Arbeitsschritte

- Fonds
- Garverfahren
- Gewürze

Allgemeine hygienische Anforderungen und Maßnahmen zur Arbeitssicherheit sind zu Beginn der Arbeitsablaufplanung zu formulieren.

Uhrzeit (wann?)	Menü bestandteil (was? Wofür?)	Arbeitsschritte/Zubereitungen (wie?, womit?, woraus?)
8:30 Uhr	Vorbereitung	<p>Persönliche- und Produkthygiene durchführen, Warenbestand auf Vollständigkeit prüfen, Alle Gemüse, Kräuter und Früchte im unreinen Bereich waschen</p> <p>Schneidebrett rutschfest platzieren, die Messer mit Schneiden nach innen zeigend anordnen.</p>
8:40 Uhr	Vorbereitung Hauptgericht	Tafelspitz parieren, binden, pfeffern, salzen und von allen Seiten anbraten, zur Seite stellen.
8:50 Uhr	Saucenansatz	Knochen walnussgroß hacken und mit den Parüren und Mirepoix rösten, tomatisieren, mehrmals mit Wasser ablöschen, reduzieren, glasieren, Ansatz vom Topfboden lösen, zum Schluss den Lauch dazugeben, mit Rotwein und Fond (Wasser) auffüllen. Rosmarin, Thymian, Lorbeer und Pfefferkörner zufügen.
9:20 Uhr	Beginn des Schmorvorgangs	Tafelspitz einlegen und im Rohr (Kombidämpfer) unter gelegentlichem Wenden bei 150 °C ca. 2,5 Std., Halb vom Saucenansatz bedeckt, schmoren, wenn nötig, mit Wasser auffüllen.
9:25 Uhr	Dessert	<p>Ausgebutterte Timbalförmchen mit Strudelteig auslegen und Körbchen backen (180 °C) 10 Minuten.</p> <p>Rhabarber schälen, in Rauten, die Hälfte Erdbeeren in Würfel schneiden.</p> <p>Wasser mit Zucker, Weißwein und Zimtstange aufkochen. Rhabarber zugeben, kurz aufkochen, entnehmen und schnell abkühlen. Flüssigkeit mit Stärke binden, abkühlen, passieren und den Rhabarber zugeben, kaltstellen.</p> <p>Rest Erdbeeren pürieren, durch Sieb streichen und mit Quark, Crème fraîche und Zucker vermischen. Erdbeerwürfel unterziehen und kaltstellen.</p>
10:00 Uhr	Vorbereitung Vorspeise	Doraden im unreinen Bereich schuppen, filieren, waschen und am Arbeitsplatz abgedeckt kaltstellen.
10:15 Uhr	Fischfond- ansatz für Rieslingsauce	<p>Fischkarkassen waschen, mit weißem Mirepoix anschwitzen, ohne Farbe zu geben, mit Wasser und trockenem Riesling auffüllen.</p> <p>Lorbeer, Wacholder und Thymian dazugeben und 20 Minuten köcheln lassen, abschäumen, passieren.</p>

Uhrzeit (wann?)	Menü bestandteil (was? wofür?)	Arbeitsschritte/Zubereitungen (wie?, womit?, woraus?)
10:30 Uhr	Gemüse- beilage VS  Pfefferlinge  Mediterranes Gemüse    Gemüse- beilage HG	Gemüse in Würfel schneiden.  Pfefferlinge putzen, Petersilie hacken  Tomaten kurz blanchieren, in Eiswasser abkühlen, Haut abziehen und zu Concassée verarbeiten. Auberginen in Olivenöl anbraten, Zwiebeln, Paprika mitschwitzen, Zucchini dazugeben und mit Tomatenmark und Knoblauch versehen. Rosmarin, Thymian mit hinein geben, bissfest garen. Zum Schluss das Concassée dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.  Kohlrabi halbmondförmig tournieren, Karotten schaben, Bohnen abziehen, zurechtschneiden und blanchieren. In Eiswasser abschrecken.
11:00 Uhr	Polenta	Milch mit Wasser und Salz aufkochen, Polentagrieß einrühren, ausquellen lassen, auf einem Blech austreichen und abgedeckt kaltstellen, anschließend als Taler ausstechen.
11:50 Uhr	Tafelspitz	Tafelspitz nach Garprobe herausnehmen und in Folie warm stellen. Fond entfetten, Rosmarinzweig hinein geben, wenn nötig einkochen und mit Beurre manié binden. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken, passieren.
12:00 Uhr	Rieslingsauce	Fischfond mit Mehlbutter binden und mit Sahne und Riesling vervollständigen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken.
12:15 Uhr	Vorspeise Fertigstellen	Fisch salzen und pfeffern, anbraten und unter dem Salamander gar ziehen lassen. Zwiebelwürfel in Butter anschwitzen, die Pfefferlinge dazu geben, garen, salzen, pfeffern und mit fein gehackter Petersilie vervollständigen. Auf 32er Tellern anrichten. Mit der Rieslingsauce umgießen.
12:40 Uhr	Hauptgang	Polentataler unter dem Salamander gratinieren, Fleisch gegen die Faser tranchieren, mit Rosmarinsauce nappieren und mit dem in Butter geschwenkten Gemüse und der Polenta auf 32er Tellern anrichten.
13:10-15 Uhr	Dessert	Körbchen mit Erdbeerquark füllen, Rhabarberkompott anrichten, mit Minze dekorieren.