

## Menüs für den fachpraktischen Teil der IHK-Abschlussprüfung als Koch/Köchin

### Inhaltsverzeichnis:

	Seite
<b>Vorwort</b>	1
<b>Prüfungsanforderungen</b>	3
<b>Grundwarenkorb – Hauptmenüs</b>	4
1. Kalbsbraten auf Gärtnerinart	5
2. Kalbshaxe, gebraten, Weißbiersoße (ein Spargelzeitmenü)	11
3. Kalbsrouladen Esterhazy	18
4. Schwäbische Kalbsvögerl	25
5. Lammhüfte gebraten, Thymianjus, Ratatouille	32
6. Lammkrone Verdi	38
7. Lammkrone auf provenzalische Art	45
8. Maishähnchenbrüste in Blätterteig	51
9. Maispoulardenbrüste auf Burgunder Art	57
10. Osso buco, Gemüsebukett, Herzoginnenkartoffeln	62
11. Perlhuhnbrüste in Blätterteig	67
12. Perlhuhnbrüste auf Burgunder Art	72
13. Perlhuhnbrust auf Florentiner Art	77
14. Rehrücken mit Pilzkruste im Wirsingblatt	84
15. Rindsroulade auf Hausfrauenart	92
16. Rostbraten Esterhazy	100
17. Schweinsfilet in der Kräuterkruste	105
18. Schweinsfilet im Wirsingmantel	112
19. Schweinsschulter – Krustenbraten von der Jungschweinsschulter	118
20. Seezungen auf Müllerinnenart	126
21. Seezungenfilets in Weißweinssoße	133
22. Spanferkelkarree mit frisch geriebenem Meerrettich und Malzbiersoße	140
23. Suprême vom Masthuhn mit Rote-Bete-Gnocchi	147
24. Tafelspitz mit Meerrettichsoße und Bouillonkartoffeln	152
25. Truthahnrouladen an einer Kräutersoße	158
26. Warme Vorspeise – Dialog von Lachs und Zander – Rehrücken in einer Pilzkruste	162
<b>Grundwarenkorb – Zusatzmenüs</b>	171
27. Frische Artischocken, Kalbstafelspitz, Basilikumnudeln, Spargel vinaigrette	172
28. Saisonsalate mit Avocados, Schweinsfilet in Kruste von Sonnenblumenkernen	181
29. Mulligatawny, Lachsforellenfilet an Beerlauchsoße	190
30. Speckörtchen mit Ziegenfrischkäse, Oliven und Tomaten, mit einer bunten Paprikafarce gefüllte Lammkeule, Spitzkohl, Bäckerinkartoffeln	198
31. Matjesfilet auf Hausfrauenart, Poularde an Rieslingsoße, breite Nudeln	205

**Prüfungsanforderungen für den fachpraktischen Teil**  
**der**  
**IHK-Abschlussprüfung als Koch/Köchin**

\*\*\*

**Menüvorgabe für den fachpraktischen Teil der IHK-Abschlussprüfung**  
**als Koch/Köchin**

- Von den vorgegebenen Lebensmitteln ist ein 3-Gänge-Menü für 6 Personen zu erstellen.
- Erstellen Sie für Ihre Menüzusammenstellung eine Materialanforderung. Die angeforderten Materialien werden von der Berufsschule bereitgestellt.

*Für alle nachfolgend aufgeführten Menüzusammenstellungen mit Warenanforderung und Arbeitsgangbeschreibung gelten folgende Kriterien:*

1. Es werden für die nachstehend aufgeführten Prüfungsmenüs immer nur die zu verarbeitenden Materialien aus dem Pflichtwarenkorb genannt. Der Grundwarenkorb steht zur freien Auswahl.  
Dieser Grundwarenkorb für die freie Warenauswahl wird in den folgenden Menübeschreibungen nicht mehr extra aufgeführt, weil dieser immer die gleichen Grundmaterialien enthält, die in einer Küche üblicherweise vorhanden sind. Auf den Pflichtwarenkorb mit den Hauptkomponenten und/oder auf die Saison bezogen, stehen dann auch die entsprechenden Warenergänzungen zur Verfügung.
2. Die Verarbeitung der im Pflichtwarenkorb benannten Rohstoffe kann in beliebiger Gangreihenfolge als Vorspeise, Suppe, Zwischengericht, Hauptgericht, Süßspeise/Dessert nach Ermessen des Prüfungskandidaten erfolgen. Die Verwendung der vorgegebenen Rohstoffe muss in den Gängen deutlich erkennbar sein.

**Folgende Menüzusammenstellungsformen sind möglich:**

1. Kalte Vorspeise	2. Suppe	3. Warme Vorspeise
Hauptgericht	Hauptgericht	Hauptgericht
Nachspeise/Dessert	Nachspeise/Dessert	Nachspeise/Dessert

3. Der Ergänzungswarenkorb ist vom Prüfungsausschuss so zusammengestellt, dass er im Allgemeinen alle Zutaten beinhaltet, die sowohl zu den Hauptkomponenten des Pflichtwarenkorb passen, als auch saisonbezogen sind und darüber hinaus gewisse Schwierigkeitsgrade für die Menüherstellung darstellen.
4. Die Zeitvorgabe „Timing“ für die Servierbereitstellung der Gänge ist ungefähr gleich. Sie wird vor Prüfungsantritt vom Prüfungsausschuss festgelegt. Abweichungen von den Zeitvorgaben, die aus Gründen der notwendigen Gästeorientierung erfolgen, werden immer rechtzeitig bekanntgegeben.

## GRUNDWARENKORB – HAUPTMENÜS

(Dieser Grundwarenkorb ist für alle folgenden Menüs gleich)

### Zur freien Auswahl stehen im Warenkorb bereit:

#### **Wein und Spirituosen:**

Rotwein, Weißwein,  
Marsala, Portwein, Madeira,  
Rum, Gin, Grand Marnier,  
Birnenbrand, Kirschwasser,  
Maraschino, Himbeergeist,  
Amaretto, Calvados,  
Crème de cacao, Weinbrand,  
Vanillelikör, Martini weiß  
und rot, Cognac, Armagnac.

#### **Fleisch, Wild und Geflügel:**

Schweinsnetz, Räucherspeck  
– Wammerl, Grüner Speck  
(Spickspeck), Klärfleisch  
(Rindswade), Kalbs- oder  
Lambries.

#### **Früchte, Obst u. Gemüse:**

Himbeeren, Waldfrüchte,  
Preiselbeeren, Schlehen,  
Hagebutten, Heidelbeeren,  
Maronen (je nach Jahreszeit  
frisch oder TK-Ware),  
Zitronen, Orangen, Melonen,  
Mango, Kiwis, Äpfel,  
Birnen, Pfirsiche, Pflaumen,  
Sauerkirschen, Marillen,  
Physalis, Ananas (je nach  
Jahreszeit frisch oder TK-  
Ware), Frische Blattsalate  
der Saison, Fest und mehlig  
kochende Kartoffeln,  
Wirsing, Fenchel, Zwiebeln,  
Schalotten, Lauch, Karotten,  
Sellerie, Pastinaken,  
Kohlrabi, Schoten, Spinat,  
Pak-Choi, Mangold, grüne

Bohnen, Rot- und Weißkohl,  
Champignons, Zucht- und  
Waldpilze, Fleisch-, Kirsch-  
und Cocktailtomaten,  
Radieschen, Tomatenmark,  
Knoblauch, Kräuter, frische  
Melisse oder Minze, Hasel-  
und Walnüsse, (siehe auch  
unter Patisseriezutaten).

#### **Gewürzsortiment:**

Übliche Auswahl vom  
Gewürzbord, Salz, Pfeffer,  
Muskat usw.

#### **Fette:**

Butter, Butterschmalz, Öl,  
Schweineschmalz, Bratfett,  
Frittierfett, Margarine.

#### **Nährmittel:**

Mehl, Reis, Wildreis, Grieß,  
Semmelbrösel, Speisestärke,  
Grütze, Graupen, Grünkern,  
Gemüsemais, Weißbrot,  
Brötchen, Brezel,  
Pumpernickel, Vollkornbrot.

#### **Milch u. Milcherzeugnisse:**

Milch, Joghurt, Crème  
fraîche, Schmand, Reibkäse,  
Quark, Sahne, Sauerrahm.

#### **Weitere tierische Produkte**

Hühnereier.

#### **Diverse Kleinmaterialien:**

Alufolie, Frischhaltefolie,  
Backpapier,  
Pergamentpapier, Bindfaden,  
Zahnstocher etc.

#### **Patisseriebedarf:**

Hefe, Trockenhefe,  
Backpulver, Aspikpulver,  
Mehl Typen 405, 550 und  
Dunst, Kristall-, Puder-,  
Hagel-, und Staubzucker,  
brauner Zucker, weiße,  
braune und bittere  
Schokolade, Kakao,  
Haselnüsse (ganz und  
gemahlen), Mandeln  
(gehobelt, Kerne, Stifte,  
Blättchen), Marzipan,  
Persipan, Gelatine  
Vollmilchkuvertüre, Back-  
und Ziehmargarine, Butter,  
Gelatine, Vanilleschoten,  
Marmelade (Himbeer-,  
Erdbeer-, Kirsch-,  
Aprikosen-, Quitten- und  
Orangenmarmelade),  
Pistazien, Mohn, Rosinen,  
Sultaninen, Eier, Milch,  
Sahne, Crème fraîche,  
Joghurt, Magerquark,  
Naturjoghurt, löslicher  
Kaffee, Honig, Ahornsirup.

**Hinweis:** Die Menüanforderungen und den Grundwarenkorb entnehmen Sie bitte den Prüfungsanforderungen (Seite 3)!

## PFLICHTWARENKORB

**Der Pflichtwareneinsatz ist:**

### \*Kalbshälfte, \*Feldsalat, \*Schwarzwurzeln, \*Rote Bete, Hefe

- Die mit einem „\*“ gezeichneten Waren **müssen** verarbeitet werden und in den drei Gängen **deutlich erkennbar** sein.
- Zum **Hauptgang** müssen **3** Gemüsebeilagen und **1** Sättigungsbeilage gefertigt werden.
- Im Menü muss **einmal Teig** verarbeitet werden.
- Zum Hauptgang muss eine **passende Soße** angesetzt werden.
- Mit den hier zusätzlich aufgeführten Materialien sollten Sie bei der Erstellung Ihres Menüs auskommen.
- Es sind **genaue Mengen** anzugeben.
- Der **Warenwert** sollte **40,00 € nicht überschreiten**.
- Kleine **Ergänzungsmaterialien** und **Garnierzutaten** dürfen vom Prüfling mitgebracht werden, müssen aber dem Prüfungsausschuss vor Beginn der Prüfung vorgezeigt und genehmigt werden. Besonders wertvolle Zutaten wie zum Beispiel Kaviar sind nicht gestattet!

### M e n ü

Salat Lorette

\*\*\*

Kalbshälfte auf Gärtnerinart

Roséweinsauce

Schwarzwurzeln mit Bröselbutter

Rosenkohl, glasierte Karotten, Grilltomate, Bohnenbündelchen

Herzoginkartoffeln

\*\*\*

Savarinringe mit Orangen und Kiwis

\*\*\*

### Warenanforderungen für 6 Personen

#### *Zutaten für die Vorspeise Salat Lorette:*

200	g	Feldsalat,
120	g	Knollensellerie,
220	g	Rote Bete,
1	TL	Dijonsenf,
1	dl	Oliven-, Lein-, oder Nussöl,
5	cl	Wein- oder Himbeeressig,
1/2		Zitrone – Saft davon,
90	g	Zwiebel- oder Schalottenbrunoise,
100	g	frisch gebutterte Röstbrotcroutons,

- 1 ganze Knoblauchzehe,  
frische Salatkräuter je nach Saison, Salz und weißer gemahlener Pfeffer.

**Zutaten für den Hauptgang – Kalbsbraten (von der Kalbshüfte) auf Gärtnerinart:**

- 1200 g Kalbshüfte,  
1/4 l Kalbsfond zum Aufgießen,  
1/4 l Roséwein,  
1 dl Sahne, Sauerrahm oder Crème fraîche,  
150 g Mirepoix (Röstgemüse – Zwiebeln, Karotten, Sellerie),  
30 g Tomatenmark oder entsprechende Menge frische, vollreife Tomaten,  
Salz, Pfeffer, Paprika, Oregano, Basilikum, Thymian, Knoblauch.

**Zutaten für die Vitaminbeilagen:**

- 300 g Schwarzwurzeln,  
200 g Rosenkohl,  
200 g grüne Bohnen (Kenia-, Prinzess-, oder Nadelbohnen),  
240 g junge Karotten,  
6 Stück kleinere Tomaten (für Grilltomaten),  
110 g Butter oder Margarine für Gemüsezubereitungen.  
50 g Butter für die Bröselbutter für die Schwarzwurzeln,  
30 g Semmelbrösel,  
60 g Reibkäse für die Grilltomaten,  
10 Stück dünne, knorpelfreie, kleine Magerspeckstreifen für die Bohnenbündelchen,  
Salz, Zucker, Pfeffer, Bohnenkraut, Knoblauch.

**Zutaten für die Sättigungsbeilage:**

- 1 kg Kartoffeln,  
2 Stück Eigelb,  
5 cl Milch oder Sahne,  
100 g Butter,  
Salz, Muskat, Kümmel.

**Zutaten für die Süßspeise – Savarinringe:**

- 160 g Mehl,  
16 g Hefe,  
20 g Zucker,  
30 g Trennfett,  
60 g Butter,  
2 Stück Eier (Vollei),  
8 dl lauwarme Milch,  
1 cl Rum,  
50 g Aprikosenmarmelade zum Aprikotieren,  
etwas abgeriebene Zitronenschale und Läuterzucker zum Tränken der Savarins,  
3 Orangen (zum Garnieren)  
2 Kiwis (zum Garnieren)  
1 cl Grand Marnier.

## Gesamt-Menüplanung

1. Mise en place.
2. Rezepturen mit der Warenanforderung vergleichen und mise en place richten.
3. Vorteig für die Savarins ansetzen und gehen lassen.
4. Orangen und Kiwis für die Savaringarnitur fertig stellen.
5. Savarinteig endfertigen, in die Ringformen einfüllen und ausbacken.
6. Rote Bete grob vorwaschen, mit der Wurzelbürste gründlich reinigen (ohne die Wurzelenden zu verletzen), mit dem Gewürzbeutel, einer kleinen Prise Zucker und Salz zum Kochen aufsetzen.
7. Kartoffeln waschen und mit Kümmel und Salz kalt ansetzen.
8. Schwarzwurzeln waschen, schälen, in mit Mehl verrührtes Salzwasser legen und bereithalten.
9. Alle Gemüse waschen, schälen und kochfertig vorbereiten.
10. Die Savarins nach dem Backen stürzen und noch heiß mit Läuterzucker tränken und durchziehen lassen.
11. Orangen schälen, sauber aus den Hautkammern heraus filetieren, mit Grand Marnier marinieren und kaltgestellt bereithalten.
12. Die getränkten Savarinringe apricotieren und bis zum Anrichten gut versorgt bereithalten.
13. Kalbshüfte würzen, rundherum anbraten, Mirepoix hinzugeben und mit anrösten.
14. Tomatenmark mit anrösten und mit Wein ablöschen.
15. Mit Fond aufgießen und im Ofen bei gedrosselter Hitze zartrosa braten lassen.
16. Kalbsbraten wenden und in Zeitabständen immer wieder abwechselnd mit Fond und Wein übergießen und dabei eine schöne Kruste nehmen lassen.
17. Schwarzwurzeln in mit Mehl und Milch verrührtem Salzwasser abkochen.
18. Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen, ganz kurz kalt abschrecken, pellen, durch die Kartoffelpresse drücken und die Masse nochmals ausdampfen lassen.
19. Kartoffelmasse würzen, abschmecken, Butter und 2 Eigelb einarbeiten und die fertige Masse in einen Spritzbeutel mit großer Sterntülle einfüllen.
20. Die Kartoffelmasse auf ein gefettetes Blech zu hochgezogenen Spiralen dressieren, mit Eigelb bestreichen und bereithalten.
21. Den Kalbsbraten aus dem Ofen nehmen und bei mäßiger Hitze zum Entspannen warm stellen.
22. Die Bratensauce passieren, würzen, abschmecken und mit Sauerrahm oder Sahne und Roséwein vollenden.
23. Die vorbereiteten Gemüse und die Grilltomaten garen und servierbereit halten.
24. Die Bröselbutter herstellen und bereithalten.
25. Das Blech mit den Herzoginkartoffeln für ca. 10 bis 12 Minuten bei mittlerer Hitze ins Backrohr geben.
26. Kalbshüfte tranchieren, etwas Bratfond auf die Teller geben und die Tranchen auf dem Soßenspiegel anrichten.
27. Die Gemüse bukettförmig, dekorativ und im farblichen Wechsel um die Bratentranchen herum anrichten und zum Schluss das Gemüse leicht abbuttern (mit dem Butterpinsel).
28. Bröselbutter als Garnitur über die Schwarzwurzeln geben.
29. Herzoginkartoffeln extra auf einer Platte oder einer Platte mit unterlegter Manschette so anrichten, dass sie im Restaurant vorgelegt werden können.
30. Soße apart zum Hauptgang reichen.
31. Die Savarinringe anrichten, ausgarnieren und abrufbereit halten.



32. Die Küche aufräumen und noch einmal kontrollieren, ob alles in hygienisch einwandfreiem Zustand ist.

### **Detaillierte Zuordnung der Arbeitsschritte für die einzelnen Gänge**

#### ***Arbeitsgänge für Vorspeise – Salat Lorette:***

1. Mise en place.
2. Rote Bete waschen, gut abbürsten ohne die Schale oder Wurzeln zu beschädigen, nochmals nachwaschen, kochen, abgießen, kalt abschwenken und ausdampfen lassen.
3. Zwiebel schälen und in Brunoise schneiden, Knoblauchzehe schälen, spalten und die Salatschüssel unter Beigabe von etwas Salz damit ausreiben.
4. Salatkräuter hacken und bereithalten.
5. Sellerie waschen, abbürsten, nachwaschen, schälen, in Julienne schneiden und mit dem Saft einer halben Zitrone beträufeln.
6. Die abgekochte Rote Bete schälen und in Julienne schneiden.
7. Frenchdressing nach nachstehendem Rezept herstellen.
8. Die Röstbrotcroutons herstellen und bis zur Weiterverarbeitung leicht warm halten.
9. Feldsalat putzen, mehrmals kurz aber gründlich waschen, abtropfen lassen, und in einem Passiertuch oder in der Salatschleuder behutsam abtrocknen.
10. Den gut abgetrockneten Feldsalat in die mit Salz und den Knoblauchzehen ausgeriebene Schüssel geben. Darin einmal wenden, damit er einen ganz leichten Knoblauchtönen annimmt.
11. Dann den Salat kleingebündelt halten und mit den Stielenden so durch das vorbereitete Frenchdressing ziehen und bukettartig aufgestellt auf die Salatteller anrichten.
12. Mit etwas zurückbehaltenem Öl leicht beträufeln, damit der Salat glänzt, und die Sellerie- und Rote-Bete-Streifen dekorativ so auf dem Salat verteilen, dass sie sich nicht durch Berührung verfärben.
13. Die Röstbrotcroutons auf den Salat geben und mit den Salatkräutern gleichmäßig verfeinern.

#### ***Arbeitsgänge für das Frenchdressing – (Zum vorgenannten Arbeitsschritt 7):***

1. Salz und Zucker in Essig auflösen, Schalotten waschen, schälen und in Brunoise schneiden.
2. Mit etwas Salz und der Knoblauchzehe die Schüssel, in der das Dressing angemacht werden soll, ausreiben (der Schüssel einen kleinen Hauch von Knoblauch geben).
3. Schalotten mit Öl leicht andrücken und durchmischen.
4. Dijonsenf zu den Schalotten geben und das Öl zuerst Tröpfchenweise, dann im ganz dünnen Strahl und danach erst richtig einlaufen lassen und dabei alles wie eine Mayonnaise aufrühren.
5. Das restliche Öl dazu rühren, mit Pfeffer würzen und so glatt ziehen, dass das Öl durch den Senf mit dem Essig emulgiert.
6. Mit einem kleinen Blattbündelchen des Feldsalates das Dressing abschmecken und den Salat damit anmachen.

#### ***Arbeitsschritte für den Hauptgang:***

1. Mise en place.
2. Rezepturen mit der Warenanforderung vergleichen und die Lebensmittel bis zur Weiterverarbeitung versorgen.
3. Kalbshüfte waschen, abtrocknen, würzen und rundherum anbraten.