

Beispiel-Arbeitsablaufplan

Sommersalat mit Balsamikodressing
und hellbraun gedünsteter Hähnchenbrust

*

Gebratenes Schweinerückensteak mit Robertsoße
Wirsinggemüse
und Kartoffelplätzchen

*

Bayerische Krem mit Orangensoße

Beschreiben Sie stichwortartig den Arbeitsablauf des Menüs und berücksichtigen Sie dabei Vor-, Zubereitung, Präsentation und Ausgabe. Welche Maschinen und Gebrauchsgüter setzen Sie wirtschaftlich und ökologisch ein? Berücksichtigen Sie die Sicherheit, den Gesundheitsschutz und die Hygiene bei Ihrer Arbeit.

Einstieg:

1. Arbeitsbeginn mit sauberer Arbeitskleidung (Sicherheitsschuhe, Baumwollhose und – Jacke, Vorbinder, Halstuch, Mütze) und ohne Schmuck.
2. Hände waschen und desinfizieren.
3. Arbeitsplatz: Rutschfeste Unterlage für das Brett, Messerschneide zum Brett, 3 Müllbehälter(Bio, Grüner Punkt, Restmüll), Eimer mit Spülmittel und Schwamm unter den Tisch.

Zubereitung: Inklusive Vor- und Zubereitung sowie Hygiene, Mülltrennung und Arbeitssicherheit. Zeitliche Abfolge muss stimmen.

1. Dessert: Eier trennen (Schalen Biotonnen, Eiklar abgedeckt ins Kühlhaus), Hände waschen. Eigelb und Zucker schaumig rühren. Milch mit ausgekratzter Vanilleschote und Vanillemark aufkochen (Milchtüte zum grünen Punkt.). Heiße Milch vorsichtig zur Zuckermasse und auf Wasserbad zur Rose abziehen. Gelatine einweichen, ausdrücken und zur Masse geben. Alles passieren und abkühlen. Geschlagene Sahne unterheben (Sahnetüte Grüner Punkt). Abfüllen, abdecken und kühl stellen. Arbeitsplatz reinigen und Hände waschen.
2. Robertsoße:
Schweinerücken abspülen, trocken tupfen, mit Kettenhandschuh vom Körper weg parieren und vom Knochen lösen, abdecken und kühl stellen. Arbeitsplatz reinigen und Hände waschen. Gehackte Knochen und Parüren braun anbraten. Röstgemüse (Sellerie, Möhren, Lauch und Zwiebeln) waschen. Sellerie und Möhren schälen (Für Weiterverwendung abgedeckt ins Kühlhaus), Lauch vom dunkeln Grün und äußeren Blättern befreien (Weiterverwendung oder Biomüll), Zwiebeln schälen (Biomüll). Alles Gemüse in walnussgroße Stücke schneiden. Arbeitsplatz reinigen und Hände waschen. Zu den Knochen geben und mitbraten. Tomatenmark zugeben, mitrösten. Mit Paprika abstäuben und 3 x mit Rotwein ablöschen und einreduzieren. Braune Mehlschwitze dazugeben, mit brauner Brühe auffüllen und köcheln lassen Hände waschen. 1 Stunde vor dem Passieren Kräuter und Gewürze (Thymian, Pfeffer, Knoblauch, Lorbeer, Salz) zugeben und zum Schluss durch ein Tuch passieren. Knochen und Rückstände in den Restemüll. Arbeitsplatz reinigen und Hände waschen.
3. Kartoffelplätzchen:
4. Salat und Dressing
5. Hähnchenbrust parieren, braten und Salat anrichten.
6. Fleisch portionieren, braten, Kartoffelplätzchen braten, Gemüse erwärmen, Anrichten
7. Orangensoße zubereiten, Bayerische Krem stürzen und anrichten