

EIN TAG IM LEBEN EINES CHEFKOCHS – STORY

Nachhaltigkeitskommunikation für Gastronomiebetriebe

Nachhaltigkeitswerkstatt.NRW



EIN TAG IM LEBEN EINES CHEFKOCHS – STORY



*In vielen Küchen gibt's keine zehn Posten, sondern drei Menschen mit zehn Hüten: morgens kommen Waren, eine*r setzt Fonds/Suppen an, schiebt Brot oder Kuchen in den Ofen, die/der andere*r röstet Gemüse, kocht Beilagen vor, etikettiert und räumt die Spülmaschine aus. Kurz vor Service: Tagesgericht abschmecken, Portionen ziehen, Tafel beschreiben, Kaffeemaschine spülen – alles im Fluss, ohne große Briefings.*

Wie viele Schritte hat ein Gericht? Ein saisonales Beispiel wie „Kürbis-Risotto mit Kräuterseitlingen und Beilagensalat“ umfasst schnell 12–15 Arbeitsschritte: Brühe ansetzen, Kürbis rösten, Fond passieren, Risotto anschwitzen/ablöschen/ziehen lassen, Pilze putzen & braten, Kräuter zupfen, Salat waschen & trocknen, Vinaigrette montieren, Risotto finalisieren (Butter/Öl), anrichten, Garnitur setzen, Allergene kennzeichnen. Für Fisch, Fleisch oder Dessert addieren sich weitere Schritte (Parieren, Beizen, Ruhen, Temperaturführung). Deshalb beginnt das Team je nach Rolle 2–3 Stunden (Sous/Chef de Partie) bis 4–6 Stunden (Pâtisserie/Bäckerei) vor dem ersten Teller.

EIN TAG IM LEBEN EINES CHEFKOCHS – SOCIAL MEDIA LANG



👨‍🍳 Wenn der erste Gast noch schläft, läuft die Küche längst. Zwei, drei Menschen – viele Aufgaben: Fonds ansetzen, Brot in den Ofen schieben, Gemüse rösten, Beilagen vorbereiten, etikettieren, spülen. Kurz vor dem Service wird abgeschmeckt, portioniert, die Tafel beschrieben, die Kaffeemaschine gespült. Kein großes Briefing, kein Stillstand – alles im Fluss. So beginnt der Tag für Chefkoch und Sous Chef, oft Stunden bevor der erste Teller den Pass verlässt.

🍴 Ein Gericht wirkt später leicht – ist aber präzise Handarbeit. Ein saisonales Risotto braucht schnell 12–15 Arbeitsschritte, vom Brühekochen bis zum Anrichten. Nachhaltigkeit zeigt sich hier leise: durch Planung, durch Vorbereitung, durch Wertschätzung für Produkt und Zeit. Wer einmal hinter die Kulissen schaut, versteht: Gute Küche entsteht nicht spontan, sondern Schritt für Schritt.

🌿 #BlickHinterDieKulissen #Küchenalltag #Chefkoch #NachhaltigKochen #GastroAlltag #deinnrw #TourismusNRW #Handwerk #Human2Human

EIN TAG IM LEBEN EINES CHEFKOCHS – SOCIAL MEDIA KURZ



*Bevor ein Teller auf dem Tisch steht, liegen viele Stunden Arbeit dahinter.
👨‍🍳 Küche heißt planen, vorbereiten, mitdenken – Schritt für Schritt.*

🌿 #BlickHinterDieKulissen #Küchenalltag #deinnrw #TourismusNRW

Bild: KI-generiert über freepik