

## POKAL 2025

**Pflichtbestandteile:** Das Menü muss für 8 Personen gekocht werden!  
**Vorspeise:** Skrei ohne Kopf ca. 2,5 -3 kg (Winterkabeljau)  
**Hauptgang:** Kalbshüfte entvliest (ca 1,2 kg), Putenbrust (200 g)  
**Dessert:** Walnusskerne (100 g) und Nougat (200 g)

Wahlbestandteile zur freien Auswahl:

Fleisch/Fisch		Menge	Gemüse		Menge	Milchprodukte		Menge	Patisserie		Menge
Skrei ohne Kopf (Winterkabeljau)	2,5 - 3 kg		Ackersalat	500 g		Milch 3,5%	1 Liter		Mehl 405	1 kg	
			Blattspinat	500 g		Sahne 30%	1 Liter		Kuvertüre weiß	250 g	
			Kartoffeln mehlig kochend	1,5 kg		Butter	250 g		Kuvertüre dunkel 55-70 %	250 g	
			Knollensellerie	½ Stk		Joghurt natur 3,5%	250 g		Puderzucker	100 g	
			Lauch	2 Stk		Crème fraîche	250 g		Zucker	250 g	
			Petersilienwurzel	2 Stk		Quark, magerstufe	500 g		Blattgelatine	10 Blatt	
Obst		Menge				Parmesan		100 g			
Bio-Orangen 1	1 Stk		Rote Bete	2 Stk		Eier		10 Stk	Mandeln gehobelt		100 g
Bio-Zitronen 1	1 Stk		Schalotten	5 Stk				Kakaopulver		50 g	
Garantapfel 1	1 Stk		Wirsing	½ Stk				Vanilleschote		1 Stk	
Himbeeren (TK)	200 g		Zwiebel	5 Stk				Nougat		100 g	
Birnen	4 Stk							Backpulver		1 Pk	
Sonstiges		Menge	Öl/Fett/Spirituosen		Menge	Kräuter (sind vorhanden)		Gewürze (sind vorhanden)			
Toastbrot	250 g		Tafelöl	500 ml		Rosmarin		Salz			
Pommery-Senf	50 g		Olivenöl	100 ml		Thymian		Pfeffer / Pfefferkörner			
Tomatenmark	100 g		Balsamico hell	100 ml		Dill		Curry			
Mondamin	100 g		Balsamico dunkel	100 ml		Minze		Lorbeerblätter			
Risotto-Reis	500 g		Sojasauce	50 ml		Petersilie		frischer Knoblauch			
Perlgrauen	500 g		Grand Manier	50 ml				Wacholderbeeren			
			Rotwein	1 Liter				Pfefferkörner			
			Weißwein	1 Liter				Muskatnuss			
			Noilly Prat	100 ml							

### Wichtige Info:

Die Wahlbestandteile sind nach oben mit der angegebenen Menge begrenzt!

Um einen fairen Wettbewerb, nach den Richtlinien des ‚Verband Köche Deutschland‘, durchführen zu können bitten wir um folgende Einhaltung:

- Die Wahlbestandteile werden gesammelt aufgebaut und stehen für alle gemeinsam, 30 Minuten vor Kochbeginn zum Abwiegen bereit.
- Es dürfen keine Lebensmittel mitgebracht werden!
- Achten Sie bitte auf die Vollständigkeit des Warenkorbes bei der Abgabe, es kann nichts nachgemeldet werden.
- Arbeitsplatz und Küchenequipment muss selbständig gereinigt werden.
- Auf Hygiene am Arbeitsplatz wird großen Wert gelegt.

Hiermit bestätige ich, dass ich die Wettbewerbsbedingungen gelesen habe, und an einem fairen Wettkampf teilnehmen möchte.

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_