orientation
.ch

Koch EFZ
Köchin EFZ

Gastronomie, Hotellerie | Nahrung

Als Köchin oder Koch bereitest du viele verschiedene Gerichte zu, zum Beispiel Vorspeisen, Salate, Pasta, Saucen, Beilagen, Fleisch, Fisch und Desserts. Du kochst für Gäste in Restaurants, Hotels, Spitälern und Kantinen. Zudem bestellst du Lebensmittel, prüfst deren Qualität und lagerst sie gemäss Vorschriften. Du stellst Menüs zusammen und richtest diese schön an.

Aufgaben

Gerichte kochen und anrichten

- saisonale Gerichte und Menüs planen und dabei auf regionale Produkte, Kundschaft, Ernährungstrends und das Marktangebot achten
- neue Rezepte entwickeln, Produkte ausprobieren und das Menü regelmässig mit ausgewogenen und gesunden Gerichten erneuern
- Mise en place vorbereiten, das heisst alle Arbeitsmittel bereitstellen
- Mengen der Zutaten festlegen und Lebensmittel vorbereiten, zum Beispiel Gemüse waschen und schälen oder Fleisch schneiden
- Suppen, Salate, Fleischgerichte, Gemüse oder Desserts zubereiten und dabei geeignete Geräte und Methoden nutzen, etwa kochen, dämpfen oder grillieren
- Gerichte sorgfältig anrichten und garnieren und an das Servicepersonal weitergeben

---

Küchenbetrieb organisieren

- Bestellmengen anhand von Umsatz, Reservationen und Verkaufsprognosen berechnen und dabei Warenkosten und Nährwerte berücksichtigen
- Lebensmittel kontrollieren, Qualität beurteilen, gemäss Vorschriften lagern und auf Verfallsdaten achten
- Angebote für unterschiedliche Gästegruppen und besondere Anlässe planen und organisieren
- digitale Systeme für Bestellungen und Küchenplanung einsetzen, um produktiver zu sein und Lebensmittelverschwendung zu vermeiden
- gepflegt auftreten und mit Mitarbeitenden, Gästen und Lieferanten kommunizieren, auch in Fremdsprachen

---

Kontrollieren und reinigen

- Hygiene, Ordnung und Sicherheit sicherstellen, zum Beispiel zum Brandschutz
- Hygienestandards in allen Bereichen regelmässig überprüfen, etwa in Lagern und im Gastraum, und Kontrolllisten führen
- Geräte, Maschinen und Arbeitsmittel reinigen und versorgen
- Abfälle gemäss Vorgaben entsorgen oder recyceln

Arbeitsumgebung

Als Köchin oder Koch arbeitest du in Küchen, oft mit hohem Arbeitstempo, was stressig sein kann. Die Arbeitszeiten sind unregelmässig. Häufig arbeitest du abends, an Wochenenden und Feiertagen.

Du bist in Hotels, Restaurants, Spitälern, Heimen, Internaten, Kantinen, auf Schiffen oder bei Fluggesellschaften tätig. Wer flexibel ist, kann an unterschiedlichen Orten arbeiten und dabei neue Arbeitsweisen und Esskulturen kennenlernen. Je nach Fähigkeiten und Erfahrung kannst du dich weiterentwickeln, zum Beispiel zur Chefköchin, zum Küchenchef oder zur Restaurantleiterin.

Anforderungen und Interessen

Anforderungen

- Ausgeprägter Geschmacks- und Geruchsinn
- Bereitschaft zu unregelmässigen Arbeitszeiten oder Nachtschichten
- Stressresistenz
- Sinn für Hygiene und Sauberkeit
- Teamfähigkeit
- Manuelles Geschick
- Schnelle Arbeitsweise
- Körperliche Widerstandsfähigkeit

Interessen

- Mit Nahrungsmitteln arbeiten
- Mit den Händen arbeiten
- Experimentieren, forschen
- Planen, organisieren

Ausbildung

Die Ausbildung wird als Lehre in einem Betrieb gemacht.

Betrieb	Schule	Überbetriebliche Kurse
Praktische Ausbildung in einem Restaurant, Hotel oder in einer	1 Tag pro Woche an den kantonalen Berufsfachschulen	In mehreren Kantonen: 20 Tage während 3 Jahren

Kantine: 4 Tage pro Woche

Vollzeitschule	Dauer	Zulassung
Alle Schulen https://orientation.ch/fr/recherche/formations?profession=57047&language=5241	3 Jahre	obligatorische Schule abgeschlossen

Berufsmaturität	Abschluss
Bei sehr guten schulischen Leistungen können die Lernenden zusätzlich die Berufsmaturitätsschule besuchen.	Koch/Köchin EFZ

Weiterbildung

Kurse

Angebote der Verbände **GastroSuisse** (https://gastrosuisse.ch/de/bildung/seminare) oder **Hotel & Gastro formation Schweiz** (https://www.hotelgastro.ch/bildungsangebote)

Zusatzlehre

Als Köchin oder Koch kannst du in der Regel eine verkürzte Lehre als **Restaurantfachmann/-frau EFZ** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/restaurantfachmann-frau-efz), **Systemgastronomiefachmann/-frau EFZ** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/systemgastronomiefachmann-frau-efz), **Fachmann/-frau Hotellerie-Hauswirtschaft EFZ** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/fachmann-frau-hotellerie-hauswirtschaft-efz), **Bäcker/in-Konditor/in-Confiseur/in EFZ** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/baecker-in-konditor-in-confiseur-in-efz) oder **Fleischfachmann/-frau EFZ** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/fleischfachmann-frau-efz) machen.

Berufsprüfung

- **Diätkoch/-köchin BP** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/diaetkoch-koechin-bp)
- **Chefkoch/-köchin BP** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/chefkoch-koechin-bp)
- **Bereichsleiter/in Restauration BP** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/bereichsleiter-in-restauration-bp)
- **Gastro-Betriebsleiter/in BP** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/gastro-betriebsleiter-in-bp)

Höhere Fachprüfung

- Küchenchef/in HFP
- Leiter/in Restauration HFP

- Leiter/in Gemeinschaftsgastronomie HFP
- Gastro-Unternehmer/in HFP
- Leiter/in Hotellerie-Hauswirtschaft HFP

Höhere Fachschule

- **Hotelier/e-Gastronom/in HF** (https://berufsberatung.ch/de/berufe/hotelier-e-gastronom-in-hf)

Fachhochschule

- Bachelor of Science in **Lebensmittelwissenschaften** (https://berufsberatung.ch/de/studienrichtungen/lebensmittelwissenschaften)
- Bachelor of Science in **Hospitality Management** (https://berufsberatung.ch/de/studienrichtungen/hospitality-management)

Je nach Fachhochschule gelten unterschiedliche Zulassungsbedingungen.

Ähnliche Berufe

Beruf
Restaurantfachmann/-frau EFZ

https://orientation.ch/fr/de/berufe/restaurantfachmann-frau-efz

Beruf
Fachmann/-frau Hotellerie-Hauswirtschaft EFZ

https://orientation.ch/fr/de/berufe/fachmann-frau-hotellerie-hauswirtschaft-efz

Beruf
Systemgastronomiefachman frau EFZ

https://orientation.ch/fr/de/berufe/systemgronomiefachmann-frau-efz

Beruf
Fleischfachmann/-frau EFZ

https://orientation.ch/fr/de/berufe/fleischfachmann-frau-efz

Beruf
Bäcker/in-Konditor/in-Confiseur/in EFZ

https://orientation.ch/fr/de/berufe/baecker-in-konditor-in-confiseur-in-efz

Weitere Infos

Swissdoc Nummer

0.220.13.0

Weiterführende Links

GastroSuisse (https://gastrosuisse.ch/de)

Arbeitgeberverband der Hotellerie und Gastronomie

Hotel & Gastro formation (https://www.hotelgastro.ch/home)

Organisation der Arbeitswelt: Aus- und Weiterbildungen in Hotellerie und Gastronomie

HotellerieSuisse (https://www.hotelleriesuisse.ch/de)

Verband der Schweizer Beherbergungsbetriebe

Gesetzliche Grundlagen (https://www.becc.admin.ch/becc/public/bvz/beruf/show/79009?lang=de)