



SZAKÁCS

SZAKMAISMERTETŐ INFORMÁCIÓS MAPPA

Humánerőforrás-fejlesztési Operatív Program
(HEFOP) 1.2 intézkedés

„Az Állami Foglalkoztatási Szolgálat fejlesztése”



SZAKÁCS

Feladatok és tevékenységek

A vendéglő hírneve a szakács tudásától is függ. Legyen az egy kis étterem vagy egy luxusszálloda, a konyha minősége nagymértékben befolyásolja a vállalkozás sikerességét.

Az ínyencek gyakran nem sajnálnak hosszú utat megtenni azért, hogy egy olyan menüt fogyaszthassanak el, amit egy „profi” készített. Az új ízek, új harmóniák megteremtése nagy ötletgazdagságot, találékonyságot kíván. Nem véletlen, hogy sokan állítják: a főzés művészet. Az ihlet, egy-egy új étel ötlete néha egy erdei séta vagy kirakatok nézegetése közben születik. A megvalósítás már nem ennyire lírai, hiszen a nyersanyagokat meg kell tisztítani, elő kell készíteni, az ételt fel kell tenni a tűzhelyre. A munka utolsó szakasza, a tálalás azonban újra teret enged az egyéni ötletek megvalósításának

A szakács elsődleges feladata az ételek elkészítése különféle nyersanyagokból, félkész- és késztermékekből. Azonban a főzés megkezdése előtt be kell szerezni az árut, tudni kell, hogy hol mit lehet kapni, milyen a minőség, az ár, és milyenek a szállítási feltételek.

Az áru megérkezése után kerül sor a minőség, mennyiség és az ár ellenőrzésére.

A főzés előtt először ki kell választani a megfelelő nyersanyagokat, majd meg kell tisztítani, fel kell darabolni azokat. Ezután következik a nyersanyagok keverése, főzése, sütése, amihez habverőt, turmixgépet, szitát, merőkanalat, serpenyőket, lábasokat, fazekakat használnak.

Az egészségesebb táplálkozási szokások kialakításában nagy a jelentősége az újfajta sütési, főzési eljárások ismeretének, a táplálkozástan és az élelmiszertudomány területén szerzett ismeretek éppúgy a szakács munkaeszközei közé tartoznak, mint a kés és a serpenyő.

Az ételek ízesítésekor lehetőség nyílik az új íz-kombinációk kipróbálására, a hagyományostól eltérő fűszerezésre.

Az elkészült ételeket adagolni és díszíteni kell, egyes ínyenc éttermekben a befejező főzési, sütési, tálalási műveletek némelyikét a szakács a vendég asztalánál végzi.

A tevékenységek részletes leírása

A szakács a rendelkezésére álló nyersanyagokból, félkész és késztermékekből a napszaknak és az alkalomnak megfelelően ételeket készít.

Munkája során:

- ◆ a feldolgozásra kerülő élelmiszereket a raktárból kivételezi (esetenként beszerzi, raktározza),
- ◆ a nyersanyagokat előkészíti, majd különféle konyhatechnológiai eljárásokkal ételeket készít, figyelembe véve az élelmiszerek alapvető tulajdonságait és a feldolgozás során bekövetkező változásokat,
- ◆ az elkészített ételeket tálalásig készen tartja, tálalja és díszíti,
- ◆ az üzlet jellegétől és kínálatától függően az ételkészítés befejező műveleteit a vendég előtt végzi,
- ◆ betartja a szakmájára vonatkozó munka- és balesetvédelmi, egészségügyi, környezetvédelmi, valamint más hatósági előírásokat,
- ◆ folyamatosan tisztán tartja a munkahelyét, a különféle gépeket, berendezéseket és kéziszerszámokat,
- ◆ étlapot állít össze a rendelkezésre álló alapanyagok, az évszakok, az osztályba sorolás, valamint egyéb szempontok figyelembevételével,
- ◆ szakszerű ételkészítési eljárással kímélő ételeket készít,
- ◆ a napi választék elkészítésén túl, ünnepi alkalmakra, eseményekre étrendeket állít össze, hidegtalakat, dísztalakat készít egyéni elképzelései alapján.

Tevékenysége során felhasználja a magyar konyha kialakult hagyományaira, megújításának lehetőségeire, valamint más nemzetek étkezési és ételkészítési szokásaira, jellemző ételeikre vonatkozó ismereteit.

Munkáját önállóan, vagy a részfeladatok végzésébe bevont munkatársakkal összhangban, a munkafolyamatok célszerű összehangolásával végzi.

Az élelmiszerek beszerzése, tárolása és kezelése:

- ◆ Az áruk iránti igény felmérése.
- ◆ Az áru megrendelése, illetve az abban való közreműködés.

- ◆ A nem tárolható friss áruk beszerzése, illetve az ebben való közreműködés, adott esetben közvetlen beszerzés (pl. hús, hal, gyümölcs, saláta).
- ◆ Az áru átvétele, ellenőrzése (pl. súlyra, mennyiségre, minőségre), adott esetben reklamáció.
- ◆ Szakszerű tárolás.
- ◆ Elkülönített tárolás, pl. hal, vaj, sajt, tej esetében, hogy az egyik ne vegye át a másik ízét, illatát; a gyümölcs, a hús, stb. kiszáradás elleni védelme, a konzervek meleg elleni védelme.
- ◆ Az élelmiszerek konzerválása.
- ◆ A hűtőberendezések szabályszerű gondozása és karbantartása.
- ◆ A készletartalék rendszeres ellenőrzése, a szavatosság lejáratának figyelemmel kísérése, adott esetben a megromlott áru kivétele és eltávolítása.
- ◆ Optimális raktárkészlet mennyiségéről való gondoskodás (tőkelekötés).
- ◆ Előírások, mint pl. a tárolásra vonatkozó élelmiszerjogi rendelkezések betartása.

Az étrend összeállítása (pl. menü-, reggeli, napi és esti étlapok) és az eladási ár kikalkulálása:

- ◆ A vendégek kívánságainak és igényeinek a felmérése, megállapítása és figyelembevétele.
- ◆ A szezonális adottságok, kínálat figyelembevétele (pl. spárgaszезon).
- ◆ Kiegyensúlyozott kínálat, ajánlat megtervezése, különösen az eladási árak tekintetében.
- ◆ Étrendek összeállítása a szakmai szabályok és a táplálkozástani ismeretek figyelembevételével.
- ◆ Különleges étrendek megtervezése ünnepi alkalmakra; kívánság szerint diabetikus ételek esetében is.
- ◆ A meglévő raktárkészlet és szavatosságának figyelembevétele.
- ◆ Az eladási ár kiszámítása.

A munka menetének megtervezése:

- ◆ A munka menetére vonatkozó tervek készítése.

- ◆ Az áruk beosztása.
- ◆ A készülékek és segédeszközök beosztása.
- ◆ A munkatársak beosztásának terve.

A technikai segédeszközök előkészítése:

- ◆ A technikai segédeszközök üzembe helyezése, nagy konyhai készülékek előmelegítése.
- ◆ A napi munkához szükséges edények, serpenyők, tálak, tepsik, sziták, stb. előkészítése.
- ◆ A munkához használt szerszámok, kiskészülékek, vágóeszközök és edényfogók előkészítése és gondozása.

Húsételek, mártások, halételek, stb. feldolgozása

A húсарuk előkészítése:

- ◆ A feldolgozásra kerülő húсарu fajtájának és minőségének felismerése, és ennek megfelelően a legkedvezőbb szakszerű felhasználási és feldolgozási mód meghatározása.
- ◆ A húсарu szétbontása, kicsontozása és feldarabolása.
- ◆ A különböző fajta húsdarabok és belsőségek sütésre, illetve főzésre történő előkészítése, feldarabolása, adagokra bontása.
- ◆ A comb- és karajszeletek bepanírozása.
- ◆ Egyes húsdarabok spékélése.
- ◆ A hústekercsek megtöltése, felgöngyölése és megkötése.
- ◆ A konyhakész szárnyasok összekötése és sütésre való előkészítése.
- ◆ A nem konyhakész állapotban szállított házi és vadszárnyasok kopasztása, kibevezése, megperzselése, megmosása és összekötözése, a vadszárnyasok szalonnával történő körbetekerése, a pulyka kemény inainak eltávolítása.
- ◆ A vad (pl. szarvas, nyúl) megnyúzása, felbontása, adott esetben kicsontozása, sütésre való előkészítése, a vadhúsdarabok marinálása.
- ◆ A hús maripádba (pl. savanyú sült) vagy páclébe történő (pl. marhaszegy) helyezése.
- ◆ A csontok feldarabolása vagy elfűrészelése.

- ◆ A darált húsból készült ételek (pl. fasírozott, stefánia sült) előkészítése.
- ◆ Töltelékek készítése, a húsdarabok megtöltése és összevarrása (pl. töltött borjúszegec, töltött kacska).

Húsételek készítése:

- ◆ Nagyobb húsdarabok (un. egybesültek) befűszerezése és megsütése, a hússütés után visszamaradt lé zsírjára történő sütése (jus), ebből a mártás elkészítése, végül fűszerezése, ízesítése.
- ◆ Kisebb adag húsdarabok befűszerezése és megsütése vagy grillezése, valamint a hozzávaló mártás, körítés és vajkeverék elkészítése.
- ◆ Párolt húsételek, raguk, pörköltök, marhahústekercsek elkészítése.
- ◆ Különböző egytálételek készítése.
- ◆ Tokány jellegű húsételek készítése, a hozzáillő mártások és körítések elkészítése.
- ◆ Mindenféle szárnyas sütése.
- ◆ Csőben sült húsételek átsütése.
- ◆ Az erre a célra felhasználható húsdarabok, húsételek megfőzése; a hozzá való mártás és körítés elkészítése.
- ◆ Vagdalt, illetve darált húsból készült ételek megsütése, párolása.

Meleg mártások előkészítése:

- ◆ Az alaplé elkészítése darabolt csontból, zöldségekből és más hozzávalókból.
- ◆ A párolt húsétel, ragu, pörkölt és dinsztelt húsétel elkészítése.
- ◆ A barna és fehér alpmártás előfőzése.
- ◆ Sűrű alapléből redukció és kocsonya, aszpik készítése.
- ◆ Körítések előkészítése.

Meleg mártások készítése:

- ◆ Barna alpmártás, illetve alaplé készítése, átszűrése és ízesítése.
- ◆ Fehér alpmártás, illetve alaplé elkészítése, átszűrése, fűszerezése és ízesítése.

- ◆ Felvert alap- (vajás) mártás, illetve alaplé elkészítése, átszűrése, fűszerezése, és ízesítése.
- ◆ A párolt és dinsztelt ételek készítésénél keletkezett húsléből mártás készítése.
- ◆ Mártásbetétek elkészítése.

Hal, kagyló, rákok, páncélos és puhatestű állatok elkészítése:

- ◆ Friss, élő hal levágása, főzésre, illetve sütésre kész állapotba történő előkészítése.
- ◆ Halak megtisztítása, kicsontozása, filézése, a filészeletek formára vágása, a bőr lenyúzása, a hús porciókra osztása és főzésre, illetve sütésre kész állapotra történő előkészítése.
- ◆ Pácolt hal készítése.
- ◆ Rák, homár, languszta levágása és tisztítása blansírozás útján.
- ◆ Mélyhűtött áruként érkező páncélos testű állatok (garnélarák, srimp) előkészítő blansírozása.
- ◆ A tengeri és édesvízi halak, haldarabok, halszeletek és halfilé megsütése, kisütése, grillezése, párolása mártás, vajkeverék és körítés elkészítése.
- ◆ Az előkészített homár, languszta, srimp, garnélarák, fekete és tengeri kagyló megfőzése vagy más módon történő elkészítése.

Köreték, levesek és tojásételek

Köreték előkészítése és elkészítése:

- ◆ A saláta, a zöldség és a burgonya megmosása, meghámozása és megfelelő darabokra szeletelése (a megmosást és a hámozást általában a konyhai kisegítő személyzet végzi, részben gépek segítségével, ennek ellenére ez a szakács/szakácsnő központi tevékenységei közé tartozik).
- ◆ A zöldség és a burgonya blansírozása, előpárolása vagy a sütésre való előkészítése.
- ◆ A rizs és a tészta előfőzése.
- ◆ A mélyhűtött (konyhakész) zöldség blansírozása.

- ◆ A burgonyamasszából készült burgonyaételek (burgonyakroket, burgonyaknédli) kifőzésre, illetve sütésre kész állapotba való előkészítése.
- ◆ A körítések, betétek előkészítése.
- ◆ A petrezselyem, vágóhagyma, hagyma kockára vagy karikára vágása.
- ◆ A gomba megtisztítása.
- ◆ Zöldségek elkészítése, adott esetben zöldségmártások és egyéb hozzávalók készítése, fűszerezése és ízesítése.
- ◆ Burgonyaköret elkészítése, ezek fűszerezése és ízesítése.
- ◆ Rizs- és tésztaköret készítése.
- ◆ A köretkehez szükséges mártások, olvasztások, vajkeverékek és betétek elkészítése, fűszerezése és ízesítése.
- ◆ Gomba és gombaételek párolása, illetve ebből pürékészítés.
- ◆ Meleg vajkeverékek, fűszeres vajak készítése, pl. olvasztott vaj, diós vaj, vaj Molnárné módra, hagymás vaj.

A levesek előkészítése és elkészítése:

- ◆ Az alaplé odakészítése.
- ◆ A különböző (fűszer) zöldségek előkészítése és felszeletelése.
- ◆ A liszt vajban történő megpirítása, az alaplével való felengedése és krémlevessé történő kifőzése.
- ◆ A hüvelyesek beáztatása, odakészítése és kifőzése pürélevesnek.
- ◆ A levesbetétek előkészítése és elkészítése.
- ◆ A nemzeti, regionális jellegű és speciális levesek alaplevének szakszerű elkészítése.
- ◆ Világos levesek megfőzése, adott esetben leüleptítése, átszűrése, fűszerezése és ízesítése.
- ◆ Rántással, habarással készült levesek megfőzése, átszűrése, lezsírozása, fűszerezése és ízesítése.
- ◆ Úgynevezett nemzeti specialitású levesek készítése.

Tojásételek készítése:

- ◆ Különböző fajta tojásételek elő- és elkészítése.

Tálalás és kiadás a meleg konyhában:

- ◆ Az elkészített sült hús, főtt hús darabok és szárnyasok felvágása és adagokra való osztása.
- ◆ A ragu és a párolt ételek, stb. kimerése és adagokra osztása.
- ◆ Meleg sajtételek tálalása.
- ◆ Levesek, meleg előételek, főételek és köreték tálalása.
- ◆ Az étel díszítése.
- ◆ Az ételadag ellenőrzése, egyeztetés a rendeléssel.
- ◆ A tálalási mód tisztaságának ellenőrzése.
- ◆ A rendelés kiadása a felszolgáló személyzetnek a felszolgálás helyes sorrendjében.

Hidegkonyhai munkaterület

Előkészítés:

- ◆ A felvágottak és a sajttal előkészítése.
- ◆ A hideg mártások elkészítése.
- ◆ Hús- és halsaláták, valamint majonézes zöldségsaláták elkészítése.
- ◆ Előételek elkészítése.
- ◆ A húspástétomok és levesestálak elkészítése.
- ◆ A díszítések elkészítése.
- ◆ A büféhez szükséges valamennyi alapanyag előkészítése.
- ◆ A friss salátaáru megmosása, letisztítása, felszeletelése és előkészítése.
- ◆ Hideg vajkeverékek, fűszeres vajak készítése.

Tálalás és kiadás:

- ◆ Szendvicsek, szendvicsfalatkák készítése, díszítése, dekoratív tálalása.

- ◆ Különböző friss saláták készítése és ízesítése salátaöntettel vagy maripáddal (salátamártás).
- ◆ A hentesáru, sonka, sajt, pástétomok és hideg szárnyasok felszeletelése, bontása és adagokra történő szétosztása.
- ◆ Hideg ételek tálalása és díszítése, az erre a célra használt tálaló edények előkészítése, a tálak díszítése.
- ◆ Különleges hidegtálak és gyümölcsleves készítése.
- ◆ Az ételek kiadása a felszolgáló személyzetnek, vagy büféasztal felállítása.
- ◆ Adott esetben a húsok felszeletelése, illetve darabolása a büféasztalnál, a vendég előtt.

A sütemények és édességek

A sütemények és édességek előkészítése és elkészítése:

- ◆ Tészták és sütőmasszák készítése, összekeverése, dagasztása, felverése, kikavarása, stb. kézzel vagy keverő-, robotgéppel.
- ◆ Torták, rolók, gyümölcsös sütemények és más sütemények sütése.
- ◆ Gyümölcsök előkészítése.
- ◆ Főzött és felvert, kavart krémek készítése.
- ◆ A fagyalt alapmassza megfőzése és fagyasztása.
- ◆ Parfémasszák felverése, ebből fagyaltbomba, fagyalttorta, parfészeletek és más parfékészítmények előállítása.
- ◆ Ostyák, tortácskák sütése.
- ◆ A napi desszertek előkészítő előállítása.
- ◆ Édes öntetek készítése.
- ◆ Az előkészített tortalapok, tortácskák és sütemények megtöltése, a rátétek felrakása, bevonása.
- ◆ Rizsből és búzadarából készített édességek előállítása.
- ◆ Desszertek felszolgálásra kész állapotba történő előállítása, díszítése, tejszínhab felvitele.
- ◆ Az előkészített parfékészítmények felszolgálásra kész állapotba történő előállítása.

- ◆ Hideg és meleg édességek elkészítése a felszolgálás időpontjára.

A sütemények és édességek tálalása és kiadása:

- ◆ A tészták, torták és sütemények megfelelő tálcákon való tálalása és a süteményes pultra történő kiadása.
- ◆ Adott esetben a tészták és torták felvágása, külön tányérokra való tálalása, tejszínhabbal történő díszítése.
- ◆ A napi desszertek megfelelő, felszolgálásra alkalmas edényekben való tálalása, díszítése.
- ◆ Fagylaltdesszertek, fagylaltkelyhek, fagylaltbombák tálalása, díszítése és kiadása a felszolgáló személyzetnek.

A sütemények és édességek/cukrászat munkaterület elsősorban egy szakosodott tevékenységi kör, ennek ellenére a szakács/szakácsnő központi tevékenységei közé tartozik.

Utómunkálatok:

- ◆ Az előkészített, de felhasználásra nem került ételek, fogások és hozzávalók leszedése.
- ◆ A főzés során keletkezett maradékokból ragu vagy vagdalék, töltelék készítése.
- ◆ A munkahely, a használt eszközök és gépek rendberakása, le-, illetve kitakarítása.
- ◆ Gondoskodás a konyhai hulladék szakszerű eltávolításáról.

Munkaeszközök, szerszámok, alapanyagok

Az ételek előkészítéséhez:

- ◆ kések és vágóeszközök, bárdok,
- ◆ fűrészek, csontfűrész,
- ◆ konyhai aprítógépek, húsdaráló,
- ◆ vágógépek,
- ◆ szeletelő-gépek,

- ◆ spékkelő és formázó tű,
- ◆ vágódeszka,
- ◆ passzírozó-gép.

Az ételek készítéséhez:

- ◆ tűzhelyek, illetve modern tűzhelyberendezések,
- ◆ billenős sütőserpenyők,
- ◆ olajsütők, tűzhelysütő,
- ◆ gőzüst vagy más nagy üst,
- ◆ gőzszelekrények, kifőző szelekrények,
- ◆ konvekciós sütő (convect-automaták),
- ◆ száraz-gőz főzők,
- ◆ vízfürdők,
- ◆ grillező készülékek,
- ◆ átsütő készülékek,
- ◆ melegen tartó szelekrények,
- ◆ mikrohullámú sütők,
- ◆ kézi keverőgép,
- ◆ fazekak, lábosok, serpenyők,
- ◆ sütőformák,
- ◆ mérőeszközök,
- ◆ dagasztó- és keverőgépek,
- ◆ szita, kenőkés,
- ◆ kiszaggató szettek,
- ◆ nyomótasak és nyomócsőr,
- ◆ habverő,
- ◆ konzervnyitó,
- ◆ faspatulya (fakanál), merőkanál és habszedőkanál,

- ◆ tortakészítéshez és formáláshoz szükséges sablonok,
- ◆ modellek és kiöntőformák,
- ◆ díszítő és dekorációs eszközök.

A tálaláshoz:

- ◆ tálak,
- ◆ tepsik, mártásos tálak, kis tálak,
- ◆ merőkanalak.

Az utómunkálatokhoz:

- ◆ kefe, tisztítóecset, seprő, súroló,
- ◆ szivacsok, feltörő- és portörőrongyok,
- ◆ lúgos oldószerek,
- ◆ savas öblítőszerk,
- ◆ fertőtlenítőszerk.

Alapanyagok

Mindenfajta élelmiszer, például:

- ◆ hús, belsőség, csont, vad, szárnyas, hal, halrészek, haltermékek, páncélos állatok, kagylók, húсарu, hentesáru,
- ◆ víz, tej és tejtermékek, tojás, fehérjepor, tojáspor,
- ◆ zöldség, salátaáru, friss gyümölcs, szárított gyümölcs, fagyasztott gyümölcs, gomba,
- ◆ száraz tészta, rizs, burgonya, liszt, cukor, étkezési keményítők, méz, gyümölcscsirup,
- ◆ konzervek, mélyhűtött áruk, delikátáruk,
- ◆ élelmiszeripari kész- és félkésztermékek olajok, kisütő olaj, margarin, vaj, mogyoróolaj, kókuszolaj, zsír, étkezési olaj, (süteményhez) sütőolaj, elválasztó olaj,
- ◆ só, fűszerek, ízesítőszerk, gyárilag előállított segédanyagok, illetve adalékanyagok, aroma, esszencia, adott esetben fagylalt alapanyag.

A szakácsok nemcsak éttermekben és vendéglőkben dolgoznak, hanem olyan nagykonyhákban is, mint az üzemi vagy katonasági étkezdék, az oktatási intézményekben működő menzák, de dolgozhatnak hajókon, vasúti étkezőkocsikban vagy légitársaságoknál is.

Elhelyezkedési lehetőségek:

- ◆ szállodákban, vendégfogadókban, panziókban, üdülőkben, autópálya mellett található pihenő-fogadókban, motelekben,
- ◆ éttermekben, vendéglőkben, kifőzdékben, étkezdékben, pihenőhelyeken, pályaudvari éttermekben, klubokban, kávézókban, fagyizókban, pizzériákban, stb.,
- ◆ áruházakban, nagy bevásárló központokban és hasonló jellegű, kávézóval vagy étteremmel rendelkező kiskereskedelmi egységeknél,
- ◆ kórházakban, klinikákon és ehhez hasonló intézményekben, (például diétás szakácsként),
- ◆ gondozó otthonokban, gyógyszállókban, szanatóriumokban, rehabilitációs központokban és hasonló intézményekben,
- ◆ szociális otthonokban, öregek otthonában, vakok otthonában,
- ◆ üzemi étkezdékben, ipari vállalatok, bankok, biztosítók és hatósági hivatalok étkezdéiben,
- ◆ katonaságnál, határőrségnél és ezek melléküzemeiben,
- ◆ főiskolai menzákon,
- ◆ óvodákban, bölcsődékben, napközikben,
- ◆ vasúti háló- és étkezőkocsikban,
- ◆ teher- és személyszállító hajókon,
- ◆ légitársaságok fedélzeti ellátást biztosító üzemeinél,
- ◆ élelmiszeripari oktató, kutató és kísérleti intézetekben,
- ◆ szaktanácsadóként,
- ◆ lángossütőben,
- ◆ peccenyésütőkben, halsütőkben,

- ◆ szakácskönyvkiadóknál,
- ◆ élelmiszergyártásban.

A szakács munkáját csak akkor koronázhatja siker, ha a csapat, a konyhai brigád jól együttműködik. Mint ahogy a mozaiklapocskákat képpé rakják össze, úgy készül el és áll össze a sok egyedi részletmunkából a kész étel; ennek érdekében összehangoltan kell dolgozni a többi szakáccsal, a konyhai kisegítőkkal.

Szoros a munkakapcsolat a felszolgálókkal is, mert a vendégek megkérdezhetik, melyik étel készül gyorsan el, melyik könnyen emészthető, mi a napi ajánlat.

Természetesen fontos a jó együttműködés a konyhafőnökkel és a cég tulajdonosával is. A közegészségügyi ellenőrzés munkatársai rendszeres kapcsolatot tartanak vele, gyakran ellenőrzik.

A szakács munkája során kapcsolatba kerül még a szállítókkal, a szálloda más részlegeinél dolgozó személyzettel, illetve a vendégekkel is.

Követelmények

Leggyakrabban álló testhelyzetben végzett közepesen nehéz fizikai munka. Szakácsnak lenni nem egyszerű dolog: a szakácsnak állandóan talpon kell lennie, 50-60 C fokos trópusi hőmérséklet mellett, és úgy, hogy a konyha tele van gőzzel és füsttel. Ilyenkor könnyen megizzad az ember, már anélkül is, hogy a nehéz fazekakat, lábosokat és serpenyőket ide-oda mozgatná. Ebben a szakmában különösen fontos az egészség és fontosak az erős karok.

A szakács a konyhában naponta több kilométert tesz meg, súlyos tárgyakat emel, a láb és a gerincoszlop nagymértékű igénybevételnek van kitéve.

A gerincoszlop elváltozásai, nagyfokú lúdtalp, keringési zavarok vagy visszértágulat esetén a nagy megterhelés súlyosbíthatja az elváltozásokat.

A szakmában a szemüvegesek hátrányban vannak, mert a szemüvegre lecsapódik a gőz. Szintén hátrányt jelent az átlagon aluli testi fejlettség és izomerő.

Szakorvosi javaslatot kell kérni a statikai rendszer és a végtagok minden anatómiai és funkcionális rendellenessége, betegsége esetén.

A szív és keringési rendszer bármilyen idült betegsége vagy rendellenessége esetén a kardiológiai járóbeteg szakrendelés orvosának javaslatát kell elfogadni. Az emésztőrendszer betegségei, bőrbetegségek, a rohamokra való hajlam, a krónikus fertőző betegségek kizáró okok lehetnek a pályaválasztásnál.

Figyelni kell még a krónikus légzőszervi megbetegedésekre és a szemüveggel nem korrigálható látászavarra.

Aki nem rendelkezik jó szagló- és ízlelő érzékkel, annak nem sok esélye van arra, hogy kiváló szakács váljék belőle. Ezen kívül a szakácsnak jó kezűgyességgel is kell rendelkeznie. Annak érdekében, hogy az ételek ne legyenek túlságosan egyhangúak, az ebben a szakmában dolgozóknak mindig új ötletekre, és a formák, színek iránt jó érzékük van szükségük.

A gyakorlati készségeket a matematikai ismeretek egészítik ki, hiszen fontos, hogy a szakács ki tudja számítani az élelmiszerek tápértékét, és az ételadagok költségeinek kalkulációját is el kell végeznie.

A beszerzésnél jó áttekintésre van szükség a felhasználandó árumennyiséget illetően, hiszen a legtöbb élelmiszert csak meghatározott ideig lehet tárolni.

A szakács tudja, hogy melyik évszakban a legfinomabb a vad, és hogy mikor, milyen halat kell beszerezni. Ismeri a piaci árakat is. Tájékozódik arról, hogy melyik zöldséget és salátát mikor lehet a legkedvezőbb áron beszerezni. A szakács csak ezeknek az ismereteknek, valamint az élelmiszerek tápértékére vonatkozó tudásának birtokában tudja az étlapot összeállítani és az ételek sorrendjét javallatként előadni.

Aki szakács szeretne lenni, jó, ha tudja, hogy a szakácsok munkaideje legtöbbször nem fejeződik be este hatkor, gyakran kell dolgoznia este vagy ünnepnapokon.

Baleseti lehetőség:

- ◆ nedves padlón való megcsúszás,
- ◆ forrázás,
- ◆ égés.

A szakmával való elégedettség részben attól függ, hogy az adott szakma mennyire elégíti ki az egyén szakmai érdeklődését. Szakemberek megállapították, hogy az alább felsorolt 17 érdeklődési kör közül az X-szel jelöltek különösen fontosak ahhoz, hogy valaki elégedett legyen a szakács szakmával.

Szabadban végzett munka	Növényekkel, állatokkal foglalkozni	Emberek között dolgozni	Testi erő kell hozzá	Formákkal, vonalakkal végzett munka	Kézi erővel, szerzőmunkával végzett munka	Technikai feladatokat ellátni	Irodában dolgozni	Embereken segíteni	Érlelni, vassírogni	Tiszta környezetben dolgozni	Gépeket összeszerelni és javítani	Automata gépekkel dolgozni	Fémekkel dolgozni	Elektronikus készülékekkel dolgozni	Építőiparban dolgozni	Laboratóriumban dolgozni
			X	X						X						

Szakképzés

Az elméleti képzés során a tanulók megismerik:

- ◆ az egyes húsrészek felhasználhatóságát, előkészítését, darabolását,
- ◆ levesek, főzelékek, köretek, saláták, mártások, halak és egyéb hidegvérű állatok csoportosítását, a csoportonként jellemző ételek elkészítését,
- ◆ az ételek melegen tartásának, adagolásának, tálalásának, díszítésének módjait,
- ◆ a konyha berendezési tárgyait, eszközeit, ezek rendben tartását, a gépek kezelését,
- ◆ a higiéniai előírásokat.

A gyakorlati képzés során a tanulók jártasságot szereznek:

- ◆ a húsok előkészítésében és elkészítésében,
- ◆ köretek, mártások, saláták elkészítésében,
- ◆ a fűszerezésben, ízesítésben,
- ◆ tálalásban, az ételek díszítésében,
- ◆ a tészták készítésében,
- ◆ habok, öntetek készítésében,

- ◆ meleg előételek készítésében.

A szakképesítés munkaterülete

A szakképesítéssel legjellemzőbben betölthető munkakör, foglalkozás

Szakács

OKJ azonosító száma: 33 7826 02

A szakképesítéssel rokon munkakörök, foglalkozások

Cukrász

Felhasználó, vendéglátó-ipari eladó

Egyéb vendéglátó-ipari foglalkozások

A szakmával kapcsolatos további információk részletesen a Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet: www.nive.hu honlapján található, Szakképzési dokumentumok címszó alatt.

Szakmai gyakorlat és szakmai továbbképzés az Európai Unióban

Az alábbi honlapon különböző nemzeti és nemzetközi oktatási-képzési pályázati programok találhatóak. Így többek között az Európai Bizottság Socrates oktatási, és Leonardo da Vinci szakképzési programjai, valamint a felsőoktatásban résztvevők közép-európai CEEPUS programja.

A honlap információt nyújt a felsőoktatási rendszereket támogató Tempus III. és az Erasmus Mundus programokról, valamint az Európai Unió Kutatási és Technológiafejlesztési Keretprogramjának lehetőségeiről.

Elérhetőség: www.tka.hu

Kereseti lehetőségek:

Az egyes foglalkozások átlagkereseti statisztikáját – több évre visszamenőleg – az Állami Foglalkoztatási Szolgálat honlapján teszi közzé, a Statisztika menüpontban (egyéni bérek és keresetek statisztikája).

Elérhetőség: www.afsz.hu

Elhelyezkedési lehetőségekről tájékozódhat az Állami Foglalkoztatási Szolgálat kirendeltségein, a www.afsz.hu internetes elérhetőségen, vagy mobiltelefonon a <http://wap.afsz.hu> linken.

A szakma jövőjéről készült tájékoztatás a <http://www.epalya.hu/munka/foglalkozas.php> weblapon érhető el, a foglalkozás megadásával.

Kiadja: Foglalkoztatási és Szociális Hivatal

Felelős kiadó: Pirisi Károly főigazgató

Készült 1999-ben. Aktualizálva 2008-ban az Európai Unió és a Magyar Állam társfinanszírozásával.

A jelen dokumentum tartalma nem feltétlenül tükrözi az Európai Bizottság a tárgyra vonatkozó hivatalos véleményét.