

Diätkoch/-köchin



Berufsbeschreibung

Manche Menschen dürfen auf Grund eines geschädigten Organs, nach einer Krankheit oder Operation nur eine spezielle, reduzierte Kost zu sich nehmen, damit ihr Körper nicht überfordert wird. Diese Diätkost wird von den Diätköchinnen und -köchen zubereitet. In den Speisen darf z.B. nur wenig oder gar kein Salz verwendet werden oder Gluten (ein bestimmtes Eiweiß) dürfen nicht vorkommen. Andere wieder, die Diabetiker, dürfen keinen Zucker zu sich nehmen. Diätköche und -köchinnen kennen die Inhaltsstoffe der Lebensmittel, wissen wie nährstoffreich diese sind. So erstellen sie Speisepläne, die sie genau auf die Patienten abstimmen. Sie verwenden natürliche Zutaten und bereiten die Speisen mit schonenden Verfahren zu (z.B. dünsten). Sie verzichten auf Geschmacksverstärker und würzen statt dessen mit Kräutern.

Diätköchinnen und -köche arbeiten in Krankenhäusern, Rehabilitationszentren, Altenheimen, in der Nahrungsmittel verarbeitenden Industrie, aber auch in der Gastronomie wie z.B. in Hotels oder Kantinen.

Anforderung

Abgeschlossene Ausbildung zum/zur Koch/Köchin und 3 Jahre Berufserfahrung.

Freude am Kochen, praktisches Geschick, Kreativität, Interesse für Ernährungswissenschaft, gute Gesundheit (Stehvermögen, Belastbarkeit).

Ausbildung

Weiterbildung.

Entwicklungsmöglichkeiten

Küchenmeister/in, selbständige/r Ernährungsberater/in.