

Diätkoch / Diätköchin

BERUFSBESCHREIBUNG

Diätköche/Diätköchinnen sind ausgebildete Köche/Köchinnen, mit Spezialisierung auf diätetische Küche (Diätetik). Bei der Zubereitung der Speisen achten sie auf bestimmte Vorgaben, z. B. kein Salz, keine Milchprodukte, viel Proteine, wenig tierische Fette, etc. Ziel ist es, trotz Einschränkungen (z. B. Allergien, Unverträglichkeiten, Diabetikerkost) wohlschmeckende und nahrhafte Gerichte bzw. Speisen mit besonders hohem Nährwert zuzubereiten.

Diätköche/Diätköchinnen sind vielfach im Gesundheits- und Pflegebereich (Krankenhäuser, Rehabilitationsanstalten, Altenheime, Kuranstalten) tätig, wo es gilt, die Ernährungsvorgaben für Patient*innen bei der Zubereitung der Speisen zu berücksichtigen. Diese können sehr unterschiedlich sein: während für eine*n Patient*in die Speisen kein Salz enthalten dürfen, ist für eine*n andere*n Patient*in besonders proteinreiche Ernährung gefragt. Patient*innen mit Magen-Darm-Problemen dürfen nur Schonkost (reizarme Speisen) zu sich nehmen, andere Personen wenig Zucker (Diabetes mellitus), für wieder andere müssen Speisen in kleinen Portionen oder in stark zerkleinerter Form zubereitet werden.

In Wellnesshotels, Gesundheitshotels sind Diätköche/Diätköchinnen für die Zubereitung von Speisen und Menüs mit bestimmten Schwerpunkten zuständig (z. B. fettarm, cholesterinarm, Rohkost, TCM, Ayurveda, etc.). Für Kund*innen, die ihr Gewicht reduzieren möchten, bereiten sie Gerichte der Reduktionskost zu.

Diätköche/Diätköchinnen arbeiten in Küchen zusammen mit Berufskolleg*innen (z. B. Koch / Köchin (Lehrberuf), Patissier*in, Küchengehilfe / Küchengehilfin). Zur Erstellung der Speisepläne und Menüs arbeiten sie mit den Spezialist*innen für die Gesundheit und Ernährung ihrer Patient*innen bzw. Kund*innen zusammen (Arzt / Ärztin, Diätologe / Diätologin, Diabetesberater*in). Diätköche/Diätköchinnen erhalten von ihnen Vorgaben für die jeweiligen Gerichte, erstellen dazu die jeweiligen Speisepläne und bereiten die Speisen eigenständig oder zusammen mit Berufskolleg*innen zu. In größeren Einrichtungen erhalten sie die diätetischen Vorgaben von Ärzten, Pflege- bzw. Krankenabteilungen oder Küchenchefs. In kleineren Einrichtungen (vor allem Altenheime, Kur-, Wellnesseinrichtungen) haben sie auch direkt Kontakt mit ihren Kund*innen bzw. Patient*innen, mit denen sie die Speisepläne besprechen.

Ausbildung

Grundlage für die Tätigkeit als Diätkoch/Diätköchin ist eine Ausbildung als Koch/Köchin oder eine entsprechende Berufserfahrung. Anschließend kann eine Zusatzausbildung zum*zur diätetisch geschulten Koch/Köchin bzw. zum*zur Diätkoch/Diätköchin absolviert werden.