

# Erasmus Paris 2024

Bevor ich nach Paris ging, erwartete ich, dass diese Stadt mir wertvolle Einblicke in die französische Küche bieten würde, die ich schon lange bewunderte. Ich hoffte, die Möglichkeit zu haben, die Techniken und Traditionen zu erlernen, die die französische Gastronomie auszeichnet. Mein Ziel war es von den kreativen Gerichten, der Pariser Restaurants, sowie von der Kultur inspiriert zu werden, die das Kochen hier so einzigartig machte. Ich war gespannt darauf, meine Fähigkeiten zu erweitern, regionale Zutaten kennenzulernen und verschiedene kulinarische Stile zu entdecken. Diese Erfahrung würde mir helfen, mein berufliches Ziel, eines Tages in Paris zu arbeiten, zu verwirklichen.

**Während meines Aufenthaltes übertraf Paris diese Erwartungen doch bei weitem.**

In der Küche, in der ich arbeiten durfte, sprachen nur der Küchenchef und ein Chef de Partie Englisch. Die Herausforderung mit Kollegen zu kommunizieren die nur Französisch sprechen, stellte sich als bedeutender Punkt meines Aufenthalts heraus und war der Beginn vieler Eindrücke, die mir die Pariser Kultur offenbarte.



Ich bekam die Möglichkeit mich mit der Verarbeitung von Meerestieren auseinanderzusetzen. Eine meiner Aufgaben war das Filetieren von frischem Fisch, darunter Saint-Pierre und Seebarsch. Einer meiner liebsten Aufgaben war das „Putzen“ und Portionieren des Kabeljaufilets. Außerdem lernte ich, frische Jakobsmuscheln zu öffnen und zu reinigen.

Ich bereitete einige der traditionellsten Gerichte von Paris zu, wie den Croque und das weltweit berühmte Beef Tartars. Ganz besonders gefiel mir das Arbeiten nach dem Konzept der französischen Küche. Das zeigte mir einen ganz anderen Blickwinkel auf die Organisation und die Arbeit in der Küche.



Nach der Arbeit schlenderte ich durch die Straßen von Paris und probierte in den verschiedensten Restaurants Speisen aller Art. Ich entdeckte eine Vielzahl neuer Geschmäcker, von herzhaften Gerichten wie Escargots, Tartare, Croque Monsieur und Foie Gras, bis hin zu den berühmtesten Pâtisseries wie Éclair, Profiterole, Millefeuille und natürlich Croissants.

Diese kulinarische Erfahrung eröffnete mir viele neue Ideen und förderten meine Kreativität wie ich es niemals für möglich gehalten hab. Die Vielfalt der Aromen und Arten von Zubereitungen in der französischen Küche inspirierte mich, meine eigenen kulinarischen Fähigkeiten weiterzuentwickeln und neue Konzepte auszuprobieren.

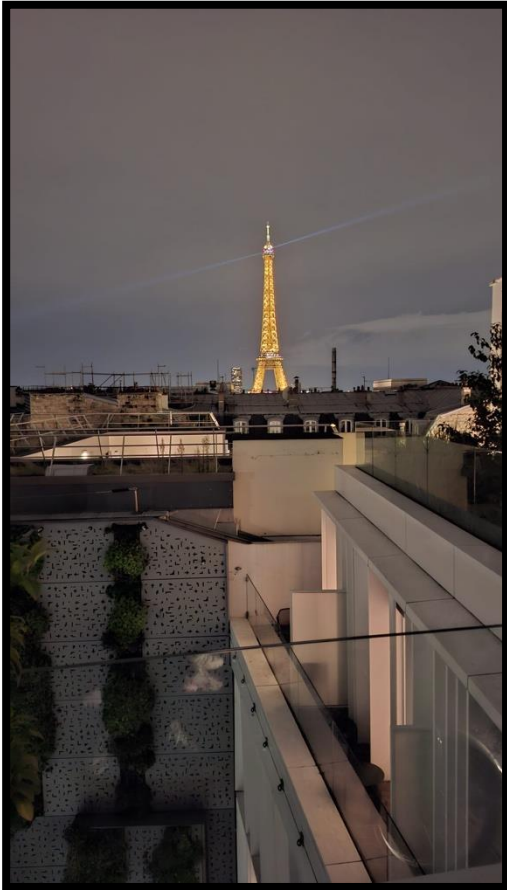


Im Laufe der Zeit, zeigte sich immer mehr welche Rolle die Frische und Herkunft der Zutaten hatte. Paris hat ein gemäßigtes Seeklima mit milderem Wintern und Sommern. Dies beeinflusst nicht nur die Lebensweise, sondern auch die Lebensmittel, die zur Verfügung stehen.

Was auch auffällt, ist der Bezug zum Umweltschutz. Ein Beispiel dafür ist das „Label Rouge“ für Geflügel, das eine höhere Qualität und bessere Haltungsbedingungen garantiert. In vielen Restaurants wird auf der Speisekarte explizit angegeben, woher die Zutaten stammen, was das Bewusstsein für nachhaltiges Denken stärkt. In den Küchen selbst wird mehr darauf geachtet, die Etiketten als Nachweis für die Herkunft der Zutaten aufzubewahren, um Transparenz zu gewährleisten.







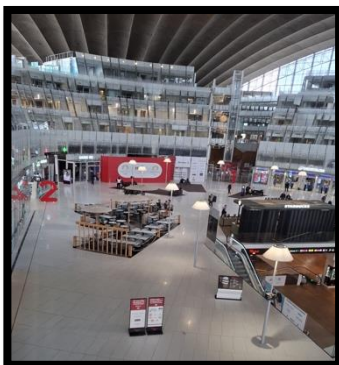
Das Alltags- und Berufsleben in Paris unterscheidet sich in vielerlei Hinsicht von dem in Deutschland. Wie erwartet, genoss ich ein viel positiveres Klima um mich herum. Trotzdem war ich vor Ort immer wieder von der angenehmen, entspannten, geselligen Art der Pariser Einwohner überrascht.

Ein weiterer Punkt, der für eine hohe Lebensqualität spricht, sind die Lebenshaltungskosten in Paris und wie man damit umgeht. Im Vergleich zu den meisten deutschen Städten sind Kosten wie Miete, Essen und Freizeitaktivitäten oft um einiges höher. Dennoch investieren viele Pariser in qualitativ hochwertige Lebensmittel, da sie diese als essenziell erachten. Insbesondere in der Gastronomie, wo die Einhaltung hoher Standards für die meisten Köche Priorität hat, bemerkt man also die höheren Kosten.

Insgesamt zeigt sich, dass Paris ein dynamisches Lebensumfeld bietet, das durch eine enge Verbindung zur Qualität und eine hohe Sensibilität für Umweltschutz geprägt ist.

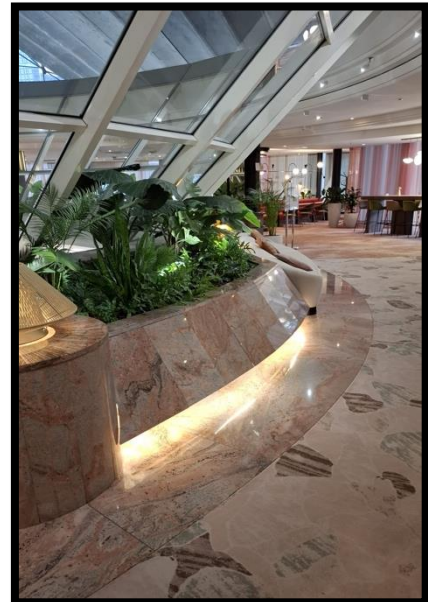
## Restaurant Muses La Defense

Im Herzen von La Défense, eines der bedeutendsten Geschäftszentren Frankreichs und Europa, befindet sich das vollständig renovierte „Hilton Paris La Défense“. Mit einem Design, das an die lebendige Ästhetik der 60er Jahre erinnert, bietet das Hotel mit seinen hellen Farben und Kunstwerken eine inspirierende, aber doch moderne Atmosphäre. Das Hotel befindet sich im Westfield Center, ein zentraler Ort in Form eines Shopping-Centers der zahlreichen Unternehmen beherbergt.



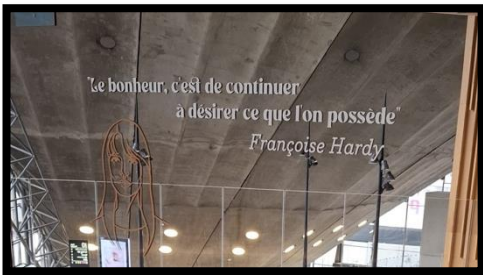
Sein Restaurant „Muses“ wurde unter der kreativen Vision von Chefkoch Jérôme Salandre neugestaltet.

Es wurde von den starken, unabhängigen Frauen des vergangenen Jahrhunderts inspiriert, die auf ihre eigene Weise bedeutende Spuren hinterlassen haben, die uns heute noch inspirieren sollen.





Im Eingangsbereich des Hotels sind inspirierende Zitate berühmter Frauen angebracht, wie Coco Chanel: „Die einzigen Schönen sind die, die dich mit Zärtlichkeit ansehen.“ und Françoise Hardys: „Das Glück besteht darin, sich nach dem zu sehnen, was man besitzt.“



Die Speisekarte des Muses ist ebenfalls eine Hommage an dieses Muses, mit Gerichten, die ihren Namen tragen. So findet man beispielsweise das „Confit d'Eugénie“ zu Ehren von Eugénie Brazier und „Kikis Leeks“, das Christine Caron gewidmet ist, die liebevoll „Kiki“ genannt wurde.

Diese kreativen Namensgebungen und Zitate schaffen eine Verbindung zwischen der Kulinarik des Restaurants und dem von bemerkenswerten Frauen inspirierten Hotel.

## Arbeitsablauf

Im Restaurant Muses, geleitet von dem Executive Chef Jérôme Salandre, wird eine kulinarische Erfahrung der Extraklasse geboten.

Die Küchenmannschaft besteht aus zwei Souschefs, die jeweils wichtige Rollen im Betrieb übernehmen.

Einer von ihnen ist für die Restaurantbedienung verantwortlich, indem er zuerst in der Mise en Place arbeitet und während des Mittagsservices im Pass steht, um die Gerichte zu kontrollieren und den Fluss der Bestellungen zu überwachen.

Der andere Souschef kümmert sich um alle Bankette und Buffets, um sicherzustellen, dass auch große Veranstaltungen reibungslos ablaufen.







Die Küche ist in drei Hauptstationen unterteilt: Gardemanger, Entremetier und Saucier. Während des Mittagsservice, der täglich zwischen 120 und 200 Gästen besucht wird, hilft der Executive Chef oft dort, wo Unterstützung benötigt wird. Die Zielgruppe besteht hauptsächlich aus Geschäftsleuten die, während ihrer Pausen ein qualitativ hochwertiges Essen genießen möchten, weshalb der Bestellfluss schnell und effizient sein muss.

Das Restaurant bietet täglich zwei Drei-Gänge-Menüs, die alle 15 Tage ausgewechselt werden. Die Gäste haben auch die Möglichkeit, nur zwei Gänge oder à la carte aus einer Vielzahl von Gerichten zu bestellen.

Beim Frühstück sind meist ein bis zwei Köche im Einsatz. Die Hauptschicht geht von 7 Uhr und bis 15 Uhr. Während dieser Zeit bereiten die Köche ihre Mise en Place bis 12 Uhr vor. Danach beginnt die Rushhour, die bis etwa 14:30 Uhr dauert. Nach dem Mittagessen haben die Köche Zeit, ihre Stationen zu reinigen und sich auf die Übergabe an die Spätschicht, die bis 23 Uhr arbeitet, vorzubereiten. In der Spätschicht ist meistens nur ein Koch erforderlich. An manchen Tagen bleibt der Executive Chef jedoch länger, da das Restaurant von Hotelgästen gefüllt wird. Das Muses ist somit nicht nur ein Ort des Genusses, sondern auch ein Beispiel für Teamarbeit in der Gastronomie.



Im Restaurant Muses spielt die Frische und Qualität der Zutaten eine entscheidende Rolle für das kulinarische Erlebnis. Täglich trifft frischer Fisch ein, der bereit ist, gereinigt, filetiert und portioniert zu werden. Dies gewährleistet, dass die Gerichte nicht nur köstlich, sondern auch von höchster Qualität sind. Für Bankette werden frische Jakobsmuscheln verwendet, die sorgfältig ausgewählt werden, um den Gästen ein unvergleichliches Geschmackserlebnis zu bieten.

Das Muses legt auch großen Wert auf hochwertige Fleischprodukte. Die Entenbrust und die Doraden, stammen von ausgewählten Lieferanten, die für ihre exzellente Qualität bekannt sind. Darüber hinaus wird für die Tartars und die Burger ausschließlich Fleisch von höchster Güte verwendet, was den Gästen ein optimales Genusserlebnis garantiert.



Jede Zutat wird professionell behandelt und verarbeitet, um sicherzustellen, dass die Aromen und die Texturen der Gerichte perfekt zur Geltung kommen.

Diese Hingabe zur Qualität und Frische spiegelt sich nicht nur in den Speisen wider, sondern auch in der Zufriedenheit der Gäste, die immer wieder für die exzellente Küche im Muses zurückkehren.

## Meine Erfahrungen im Restaurant Muses



Während meiner dreiwöchigen Zeit im Restaurant Muses hatte ich die Gelegenheit, ein aktiver Teil des Küchenteams zu sein. Ich arbeitete in allen drei Hauptstationen und wurde in die verschiedenen Arbeitsweisen eingeführt.

Ich lernte, wie man Fisch filetiert und frisches Fleisch professionell behandelt. Eine meiner Interessantesten und gleichzeitig auch schwersten Aufgaben war es, das Lamm-Noisette mit Metzgergarn zusammenzubinden, um es anschließend perfekt zu garen. Ich bin froh das Gelernte mit in meinen Arbeitsalltag zu nehmen.

Ich erlernte die Kunst, frische Jakobsmuscheln zu öffnen und verstand, wie wichtig es ist, in einem wirklich geschäftigen Service effizient zu arbeiten.

Die Mise en Place, die Vorbereitung der Zutaten, war ein zentraler Bestandteil meiner täglichen Arbeit.

Ein besonders beeindruckendes Erlebnis war die Kommunikation mit Kollegen, die oft nicht meine Sprache teilten, und dennoch verstanden wir und durch die universelle Sprache der Küche, die uns alle verbindet - Leidenschaft für gutes Essen und Teamarbeit.

Trotz des nur kurzen Aufenthalts fühlte ich mich als Teil des Teams, was meine Erfahrung im Muses unvergesslich machte.

