

# Freestyle-Techniken und Speedtraining



In der so genannten „jungen“ und Szenegastronomie sind heute schon gute bis sehr gute Cocktailumsätze möglich. Für klassische Arbeitsabläufe wie „present style“ fehlt dabei die Zeit. Auch der verstärkte Einbau von original amerikanischen Arbeitsplätzen hilft, Umsatzkapazitäten auszubauen und abzuschöpfen.

Freestyle-Mixing bedeutet auf keinen Fall, dass die Qualität der Drinks sinkt! Unbedingte Grundlage ist dafür das Beherrschen der Zähltechniken, das heißt, es wird bis auf wenige Ausnahmen ohne Messbecher/Jigger gearbeitet. Gute Bars stellen heute nur noch Barkeeper ein, die das können.

## Die Zähltechnik

Voraussetzung sind gut laufende und einheitliche Gießer (Pourer) auf den Flaschen. Diese sind darauf zu prüfen, ob die gewünschte Menge im unten angegebenen Zeitraum auch durchlaufen kann.

### Übung:

Den Gießer mit dem Daumen sichern, Öffnung zeigt nach links. Die Flasche dann in halbschräge Position bringen (2-Uhr-Position) und ab Austritt der Flüssigkeit zählen.

#### ► ZÄHLRHYTHMUS

1 cl = ca. 1 Sekunde (Basisspirituosen)

1 cl = ca. 1,5 Sekunden ( Liköre)

1 cl = ca. 2 Sekunden (Sirupe)

Gezählt wird: einundzwanzig, zweiundzwanzig usw. oder in englisch: yellow one, yellow two usw.

Da Menschen unterschiedliche Zeitgefühle haben, ist hier ein intensives Training notwendig. Man beginnt alle diese Übungen mit Wasser (Spirituosen), später nimmt man leicht gezuckerte (Liköre) und am Ende stark gezuckerte (Sirupe) Flüssigkeit.

Kontrollieren Sie jedes Messergebnis mit einem Jigger auf Korrektheit. Die Differenz darf maximal 1 Prozent der gewünschten Menge betragen.

### Hinweise:

- ▶ Sicherheit beginnt ab 50 Versuchen
- ▶ täglich neues Warm-up ist notwendig

## TRAININGSVORSCHLAG I

- rechte Hand 2 cl und 4 cl
- linke Hand 2 cl und 4 cl
- beide Hände gleichzeitig 2 cl und später 4 cl
- rechte Hand frei gewählte Menge
- linke Hand frei gewählte Menge
- beide Hände frei gewählte Menge

Unterschiedliche Rezepturen haben verschiedene Wareneinsätze. Deshalb kommen wir mit dem Grundtraining nicht sehr weit. Zum Messen unterschiedlicher Mengen mit zwei Händen ist ein so genanntes Abknicken üblich. Dies geschieht mit der sicheren Hand (meist der rechten).

### Ein Beispiel:

- ▶ rechte Hand 2 cl sowie
- ▶ linke Hand 4 cl