

ERASMUS-PRAKTIKUM IN EINER PATISSERIE IN PARIS

Patcharida Stefanie Sowa



Nach meiner Ausbildung zur Konditorin in Frankfurt am Main wusste ich, dass ich unbedingt ein Auslandspraktikum in Paris absolvieren möchte. Die Stadt der Liebe ist nämlich nicht nur für ihre beeindruckenden Sehenswürdigkeiten bekannt, sondern auch für ihre exzellente Küche und Pâtisserie.

Durch das Erasmus+-Programm konnte ich mir diesen Wunsch erfüllen und drei Monate lang, vom 6. Oktober 2025 bis zum 2. Januar 2026, mein Praktikum in Paris bei „A. Lacroix“, einer bekannten Pâtisserie direkt gegenüber der Notre-Dame, absolvieren.

Motivation und Planung



Fotos vom A.Lacroix Café mit handgemachten und frischen Backwaren, Snacks und Leckereien nach traditionellen Rezepten, wie z.B. Macarons und Mousse-Törtchen.



Im Internet bin ich auf die nette Pâtisserie gestoßen und erhielt kurz nach dem Absenden meiner Bewerbung einen Termin für ein Videogespräch, wodurch ich mir meine Praktikumsstelle sichern konnte.

Bei der Wohnungssuche hatte ich zunächst einige Schwierigkeiten, bin aber letztendlich in einem großen Haus etwas außerhalb von Paris untergekommen, in dem ich mit 20 weiteren Personen zusammenlebte. Dadurch habe ich viele nette Menschen kennengelernt, die inzwischen zu guten Freunden geworden sind.

Mit der Unterstützung meiner Mobilitätsberaterinnen, Frau Tersteegen aus Frankfurt und Frau Lindenroth aus Kiel, habe ich die Unterlagen für das Erasmus+-Programm fertiggestellt und war schließlich bereit, nach Paris zu reisen.

A. Lacroix ist ein kleines Familienunternehmen, das durch seine gute Lage und seine frisch hergestellten Produkte auf Platz 1 bei TripAdvisor gelandet ist. Während meines Praktikums durfte ich dort die Herstellung von pikanten Tartines sowie kleinen Törtchen und Macarons erlernen.

Im Ausland – Alltag und Praktikum

Mein Arbeitstag begann um 6 Uhr morgens. Zunächst wurden die Törtchen fertiggestellt, das heißt, sie wurden aus den Formen gelöst, mit Kakaobutter und Schokolade angesprüht und gegebenenfalls dekoriert. Anschließend ging es darum, Gemüse zu schneiden, um pikante Leckereien wie gefüllte Croissants und Chicken Wraps vorzubereiten. Danach wurden die täglich frisch gebackenen Backwaren wie Quiches und Croissants d'Amandes hergestellt.

Um 10 Uhr öffnete das Café, und bis dahin musste alles verkaufsbereit sein. Nachdem alles vorbereitet war, wurden verschiedene Komponenten und Zutaten wie Biscuits, Cremes und Füllungen hergestellt und gebacken, um anschließend Törtchen, Macarons und weitere Leckereien zusammenzusetzen. Gegen 12:30 Uhr wurde bereits geputzt, danach ging es nach Hause.

Da im Betrieb nur die beiden Chefs und ich arbeiteten, konnte ich viele einzelne Techniken erlernen, insbesondere die Herstellung von Macarons, und durfte außerdem selbstständig arbeiten.



Obwohl ich in der Schule Französischunterricht hatte, fiel mir die Sprache sehr schwer. Sowohl das Sprechen als auch das Verstehen und die im Alltag verwendeten Vokabeln waren für mich ungewohnt. Trotzdem wurde ich in der Pâtisserie gut aufgenommen. Es wurde teils auf Englisch, teils auf Französisch kommuniziert, und vieles lief über Mimik und Gestik, was überraschend gut funktionierte.

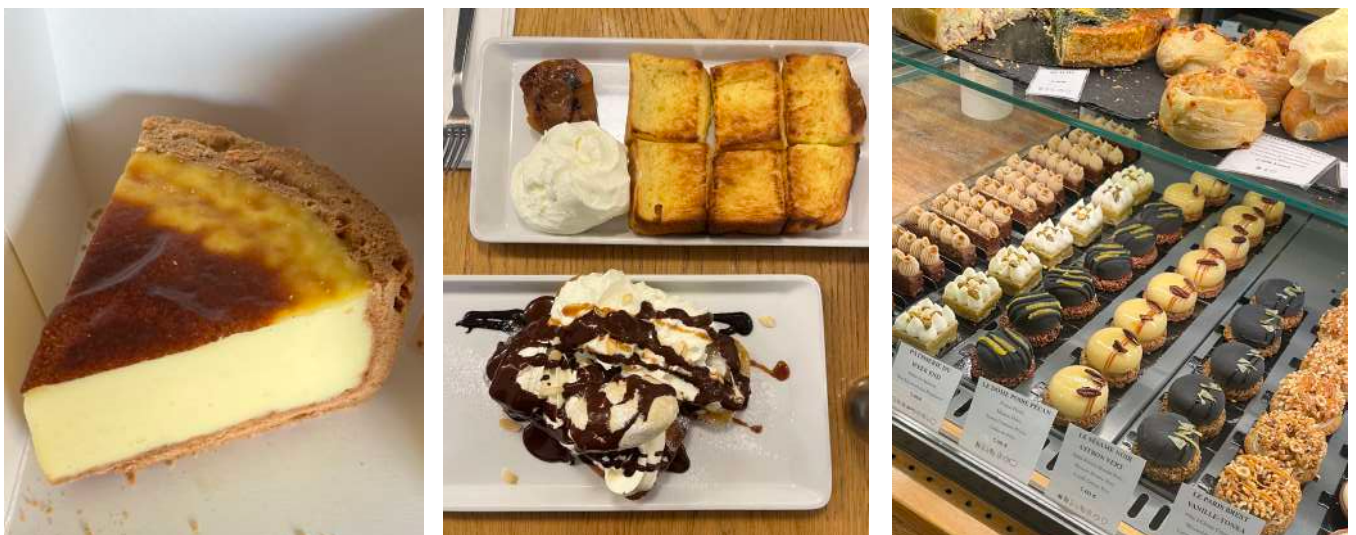
Über Weihnachten hatte ich die Möglichkeit, auf der Arbeit Bûches de Noël herzustellen und abends zu Hause gemeinsam mit meinen Freunden, die während der Feiertage ebenfalls nicht bei ihren Familien waren, gemütlich zu feiern.



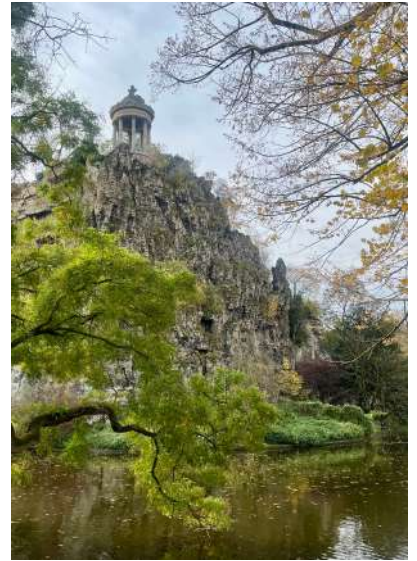
Mein Leben in Paris außerhalb der Arbeit war ebenfalls stark von Törtchen und Backwaren geprägt. Als Konditorin nutzte ich die „Ausrede“, dass das Probieren verschiedener Pâtisseries Bildungszwecken diene. So besuchte ich viele bekannte Pâtisseries und stillte gemeinsam mit meinen neuen Freunden meinen süßen Zahn.



Meine Empfehlungen: Songe Patisserie, Rocks Pierre Perrin, Pleincœur, Mori Yoshida (Flan), Carré Pain de Mie, Boulangerie Utopie



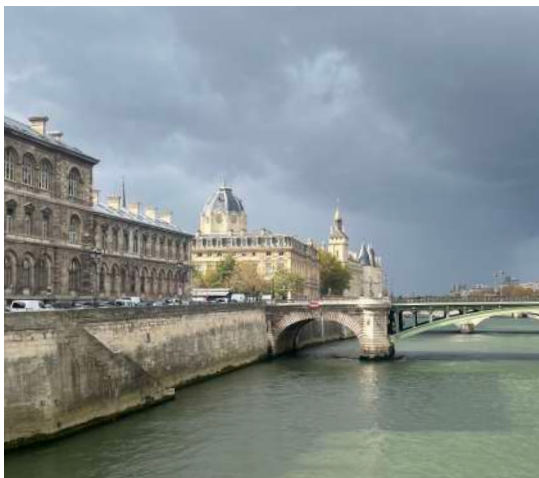
Währenddessen lernte ich nicht nur viel über die französische Kultur, sondern auch über die indische, da meine Freunde aus Indien sind. Glücklicherweise haben sie mir beigebracht viele indische Gerichte zu kochen. Da sie ebenfalls für ihr Studium neu nach Paris gezogen waren, erkundeten wir gemeinsam die Stadt. Zusammen besuchten wir die süßen Straßen und natürlich auch Sehenswürdigkeiten wie den Eiffelturm oder Montmartre.



Danach

Nach dem Praktikum blieb ich noch 15 Tage in Paris, genoss die Zeit mit meinen Freunden und erhielt auch Besuch von einigen Freunden aus Frankfurt.

Insgesamt bin ich sehr dankbar für diese Erfahrung und die vielen schönen Erinnerungen, die ich mitnehmen durfte. Neben den fachlichen Kenntnissen habe ich auch persönlich viel dazugelernt. Besonders im Hinblick auf Nachhaltigkeit habe ich neue Einblicke gewonnen und ein größeres Bewusstsein für den Umgang mit Lebensmitteln entwickelt. Die Zeit in Paris hat mir neue Perspektiven eröffnet und wird mich sowohl beruflich als auch persönlich weiterhin begleiten.



Außerdem gibt es bei Maison d'Isabelle die besten Croissants :)



Abschließend möchte ich mich für die Unterstützung und die Möglichkeit bedanken, dieses Praktikum absolvieren zu dürfen.