

Lebensmittel zubereiten, um sie geniessbar zu machen

ZUBEREITUNGSTECHNIKEN

Häufig müssen wir Lebensmittel verarbeiten, um sie geniessbar zu machen. Bis auf wenige Ausnahmen müssen Lebensmittel gewaschen, klein geschnitten oder geschält usw. werden. Die Liste ist lang.

Schlüsselwörter > Waschen, Schneiden, Schälen, Entkernen, Hacken, Pressen, Trocknen, Schmelzen usw.

Mit diesen Techniken lassen sich Lebensmittel trennen und zubereiten. Es gibt mehrere davon. Da hätten wir zum Beispiel mechanische Techniken. Dabei handelt es sich um einfache Vorgänge wie Schneiden, Pressen, Mahlen oder Sieben.

Mechanische Techniken: Schneiden, Schälen, Rühren, Pressen, Zentrifugieren, Mahlen, Sieben usw.

Es gibt auch thermische Techniken, wie Trocknen, Schmelzen oder Kristallisieren.

Thermische Techniken: Trocknen, Schmelzen, Kristallisieren, Konzentrieren usw.

Ausserdem gibt es biochemische Techniken, die dazu dienen, die Molekular- oder Zellstruktur eines Lebensmittels zu destabilisieren. Das ist zum Beispiel bei der Milchgerinnung der Fall, ein Thema, das wir später ausführlicher behandeln.

Biochemische Techniken: Molekular- oder Zellstruktur destabilisieren

Um diese Techniken besser zu veranschaulichen, nehmen wir als Beispiel zwei Getreidearten her.

REISKÖRNER

Reiskörner müssen von ihrer harten Hülle befreit werden.

Die mechanischen Techniken bestanden früher einmal darin, jede Reisähre auf einem Brett auszuschlagen. Die Körner wurden anschliessend in einen Mörser zum Entspelzen gegeben. Unter den Schlägen des Stössels lösten sie sich von der Hülle und durch das Bearbeiten der Reiskörner mit der flachen Seite des Stössels entfernte man die äusseren Schichten, damit die Reiskörner weiss wurden.



Heute erfolgt die Verarbeitung immer noch mechanisch, doch der Reis wird mittlerweile in industriellen Reisfabriken geschält. Gummiwalzen befreien den Reis

alimentarium academy

aus seiner Hülle, ohne ihn zu beschädigen. Der Reis wird anschliessend durch Abschleifen der äusseren Schichten gebleicht und entstaubt.

WEIZENKÖRNER

Und was ist mit Weizenkörnern? Wie werden sie in Mehl verwandelt?

Damals wurden sie mit Mühlsteinen zermalmt.



Heutzutage werden sie in industriellen Mühlen zwischen zwei geriffelten Stahlwalzen gemahlen.

Anschliessend werden sie gesiebt, um das Mehl von dunklen und gröberen Stückchen zu trennen. Es handelt sich also immer noch um mechanische Techniken, bei denen auf das Mahlen der Siebvorgang folgt.

ZUBEREITUNGSREGELN

In manchen Fällen gibt es bei den Zubereitungstechniken bestimmte Regeln je nach Kultur. Ein Beispiel hierfür ist die Art, wie man rohen Fisch in Japan klein schneidet.



Diese Anordnung von Messern zeigt im Vordergrund das 'Deba bōchō', das zum Schneiden von Fisch und Fleisch benutzt wird, im Mittelgrund das 'Nakiri bōchō' mit rechteckiger Klinge für Gemüse und rechts das 'Yanagi-bōchō' zur Zubereitung von Sashimi.

Oder auch das Schlachten bei Halal- und koscheren Lebensmitteln, wobei dem Tier schnell der Hals durchgeschnitten wird, woraufhin man es ausbluten lässt.