# 2 Kochtechnische Hilfsmittel

## 2.1 Geschmacksbildner

### 2.1.1 Mirepoix (Röstgemüse)

* große Würfel (bei langer Garzeit) 1,5cm bis 2cm
2:1 (Wurzelgemüse : Zwiebel)
Sie werden zum Ansetzen von braun gedünstetem Schlachtfleisch, Wild und Geflügel, zum Ansetzten von Knochen für braune Fonds, Saucen und Suppen verwendet. Wird die Sauce des Gerichtes passiert, soll das Wurzelgemüse nicht geschält sondern gut gewaschen und gebürstet werden
* kleine Würfel (bei kurzer Brat und Garzeit) 0,5cm bis 1cm
Diese klein geschnittene Art des Röstgemüses bleibt meist als Einlage in der Sauce des Gerichtes. Es muss daher immer geschält werden. Klein geschnitten, in Fett angeschwitzt, ist es auch als Gemüseeinlage für klare, gebundene Suppen, Suppentöpfe und Eintöpfe geeignet.
* Geraspelt
Als Aromagemüse für kleine gedünstete Fleischgerichte, z.B. Rindschnitzel oder Wildragouts, sowie zum Dünsten von Fischen. Die Sauce muss nicht unbedingt passiert werden.

### 2.1.2 Bouquet Garni

Als Zutaten verwendet man: Grünes vom Lauch, Petersilienstiele, Selleriegrün, evtl. Lorbeerblatt, Thymianzweig, Knoblauchzehe.
Die Grundbestandteile können je nach Verwendungszweck abgeändert bzw. erweitert werden. (z.B.: Salbeiblätter, Dillstiele, Bohnenkraut, Basilikum, Krebelkraut, etc.)
Die Zutaten werden gebündelt, um sie leichter zu können. Für Suppen, weiße und braune Fonds, fast alle braun gedünsteten Gerichte, eingemachte Ragouts, Wildgerichte.

### 2.1.3 Suppengrün, Gemüsekräuterbündel

Wurzelgemüse, mit Kräutern kombiniert, gebunden, für weiße Saucen und für Suppen.

### 2.1.4 Gewürzkugel, Gewürzsäckchen

Man verwendet: Pfefferkörner, Kümmel, Majoran, Rosmarin, Gewürznelken, Wacholderbeeren, Salbei, Knoblauch etc.
Zutaten können evtl. gestoßen, gerebelt, zerdrückt, in eine Gewürzkugel geben oder locker in ein Säckchen binden. Mit Bindfaden am Kasserollengriff befestigen.
Kann zu Fleisch-, Fisch- und Gemüsegerichten genutzt werden, wie z.B. eingemachtem Kalbfleisch, steirischem Wurzelfleisch, Irishstew, Sauerkraut.

### 2.1.5 Gespickte Zwiebel

Zwiebel schälen (teilw. kann die innerste braune Haut zu Farbgebung mit verwendet werden), bis zu einem Drittel quer einschneiden und in die Kerbe das Lorbeerblatt geben. Je nach Verwendung auch noch mit Nelken spicken. Kann für gedünsteten Reis, weiße Fonds und eingemachte Gerichte verwendet werden.

## 2.2 Bindemittel

### 2.2.1 Mehl, gestaubt

Kleine Ragouts und Saucenansätze können nach dem Anschwitzen bzw. Anrösten des Kochgutes mit Mehl gestaubt und bis zur gewünschten Farbe geröstet werden.

Jedoch darf Kochgut mit längerer Garzeit nicht gestaubt werden (Rindsbraten, Gulasch), da sich dabei das Mehl absetzten und anbrennen würde. Des Weiteren verkleinert das Mehl die Poren des Gargutes was die Garzeit verlängert. Diese Saucen werden erst gebunden wenn das Gargut gar ist. D.h. in des bereits gegarte Gargut, welches noch kocht, dass Mehl einrühren und auf einmal einkochen lassen.

### 2.2.2 Beurre manie (Mehlbutter)

Wird zum binden von weißen Saucen, verschiedener Gemüse und zum Nachbinden von Suppen und Saucen verwendet. Dabei werden gleiche Teile Butter wie Mehl verknetet. Anschließend in kleinen Stücke unter stetem Rühren in die kochende Flüssigkeit gegeben.

### 2.2.3 Angerührtes Mehl

Das Mehl wird mit kalter Flüssigkeit (Milch, Sauerrahm, Wasser, Wein, Fond) glatt gerührt und in das kochende Kochgut durch ein Sieb eingerührt (Nach dem Verkochen passieren)

### 2.2.4 Stärke

Das Stärkepräparat(Mais, Kartoffel, Reisstärke…) wird, um Klumpenbildung zu vermeiden, mit kalter Flüssigkeit glatt gerührt.

### 2.2.5 Obers

Obers wird zum Vollenden und Nachbinden heller Saucen und Suppen verwendet (nicht mitkochen – nur einrühren). Der Fons kann mit Obers bis zur gewünschten Konsistenz reduziert werden.

### 2.2.6 Creme fraiche

Zum Binden und Vollenden von Fonds, Saucen und Suppen.

### 2.2.7 Kalte Butter

Kann in Flocken in die Sauce oder Suppe eingemixt werden. Danach nicht mehr aufkochen lassen da die Bindewirkung verloren geht.

### 2.2.8 Eidotter

Wird zum Nachbinden von Hascheemassen (Fleisch- oder Gemüsekroketten) und Duchessemassen (Kartoffelkroketten) verwendet. Der Eidotter wird unter Rühren in die heiße Masse eingemischt.
In der Patisserie werden für verschiedene Cremes Eidotter mit Zucker verrührt und unter stetem Rühren in heiße pasteurisierte oder gekochte Milch gemengt. (es darf höchstens auf 80°C erhitzt werden)

### 2.2.9 Liaison / Legieren

Helle Saucen und Suppen werden mit Eidotter und Obers gebunden. Sie dürfen nach dem Legieren nicht mehr kochen.
1l Suppe 20g Eidotter & 100ml Obers
1l Sauce 40g bis 80g Eidotter und 200ml Obers

### 2.2.10 Geriebene rohe Kartoffeln

Rohe, geschälte Kartoffeln reiben, sofort mit kaltem Wasser, für machen Gerichte mit Weißwein anrühren und in das Gargut einkochen. Geeignet für Gemüse (Sauerkraut), Fleischgerichte und Suppen.

### 2.2.11 Sonderformen für leichte- und Diätkost

1. Haferflocken oder Hafermehl,
eignet sich besonders zum Binden von Suppen und Saucen. Wird in das Kochgut nur eingestreut und verrührt (keine Klumpenbildung)
2. Grieß
Ist zum einkochen von Milch und Suppen geeignet sowie zum Nachfestigen von Teigen, z.B. Kartoffelteig
3. Magermilchpulver und Yoghurt
wird beides verrührt, und zum fett- und kohlenhydratarmen Binden von Suppen und Saucen verwendet.
4. Gelindes Mehl
Vollmehl wird ohne Fett trocken geröstet (dextriniert)

## 2.3 Bindemittel – Mehlröstungen

Roux ist das gebräuchliste Bindemittel für Suppen, Saucen, Ragoutgerichte und Gemüse. (außer braune Roux)

### 2.3.1 weißer Roux

Butter oder Margarine auf ca.120°C erhitzten und Mehl hinzugeben – ohne Färbung einmal aufschämen lassen – damit sich der Rohgeschmack verliert.
Wird zur Bindung von Geschmacksneutralen Gerichten (gebundene Suppen, weiße Saucen, neutrale Gemüse u. Ä.) verwendet.

### 2.3.2 blonder Roux

Pflanzenfett wird auf ca. 160°C bis 180°C erhitzt. Mehl darin leicht angeröstet (dabei entwickelt es keinen allzu starken Eigengeschmack). Kann als Bindung von einfachem Gemüse (Kohl, Sauerkraut, Bohnen, etc.), sowie kräftigen Saucen verwendet werden.

### 2.3.3 brauner Roux

Pflanzenfett wird auf ca. 180°C bis 200°C erhitzt, darin das Mehl stärker geröstet. Dadurch verwandelt sich das Mehl in Dextrin (die Stärke wird aus dem Mehl gezogen), es verliert Bindekraft. Eine stärkere Bräunung, wenn gewünscht, kann durch karamellisierten Zucker erreicht werden. Diese Roux wird als Bindemittel für braune Saucen, Fischbeuschelsuppe, Kalbsbeuschel, Hasenjunges, Bruckfleisch, Linsen…. verwendet.

### 2.3.4 Herstellungshinweise

Verhältnis Fett : Mehl
Suppe 40g : 40g
Sauce 60g : 60g
Um die Klumpenbildung nach dem Aufgießen zu vermeiden

* Fett und Mehl mit dem Schneebesen glatt rühren
* heiße Roux immer kalt aufgießen
* kalte Roux immer warm aufgießen
* sofort nach dem Aufgießen mit dem Schneebesen glatt rühren
* ca. 15min verkochen lassen, bis sich Rohmehlgeschmack verliert.

# 3. Konservierung von Lebensmittel

Konservierung dient der Haltbarmachung von Lebensmittel um sie außerhalb von Saisonzeiten verfügbar zu haben. Des Weiteren können dadurch Geschmacksenderungen herbeigeführt werden. Daraus ergeben sich Ziele die bei der Konservierung zu erreichen sind. Entweder Mikroorganismen direkt abzutöten, oder deren Lebensgrundlage zu entziehen.

## 3.1 Arten der Konservierung

### 3.1.1 Kälte

* Kühlen
* Tiefkühlen (ca. -18°C)
* Schockkühlen (ca. -40°C) und anschließend Lagerung bei TK Temperaturen

### 3.1.2 Trocken

* Dörren (Obst)
* Kandieren (Zucker)
* Pökeln (Salz)
* Räuchern

### 3.1.3 Erhitzen

* Pasteurisieren (75°C)
* Sterilisieren (120°C)
* Ultrahocherhitzen (bis 140°C)

### 3.1.4 Einlegen

* Essig
* Alkohol
* Öl

### 3.1.5 Hinweise zum Konservieren

Birnen, Bananen, Äpfel können nicht eingefroren werden. Gemüse muss davor blanchiert werden, da sonst der Reifevorgang nicht stopp sondern nur verlangsamt wird. Fleisch hingegen sollte Schockgefrohren werden damit sich Eiskristalle nicht zu sehr ausdehnen (Veränderung der Struktur)

Zum sterilisieren sollte nur frische Obst verwendet werden, da sonst die komplette Charge unbrauchbar ist.

Gefriertrocknen. Lebensmittel wird in einem Vakuum ein Tiefkühlvorgang eingeleitet.

# 4 Anrichtearten

Angerichtet werden kann auf:

* Platten
* Teller
* Warme Gerichte
* Kalte Gerichte

Grundsätze die beim Anrichten beachtet werden sollen:

* in die Höhe arbeiten
* Dezent anrichten
* Teller, Platten & anderes Anrichtegeschirr muss hygienisch einwandfrei sein
* heiße Speisen auf heißen Teller& Platten verwenden, evtl. mit vorgewärmten Cloches abdecken
* Platten& Teller nicht überladen
* Rand nicht mit Garnitur& Speisen belegen
* Suppentassen, Timbalen, Saucieren nicht bis zum Rand füllen
* knusprige Einlagen a- part anrichten

Anrichte Temperaturen:

* Speiseeis, Parfaits, Eisgetränke 🡪 unter 0°C
* Kalte Vorspeisen etc. 🡪 zwischen 10°C und 15°C
* Warme Speisen 🡪 75°C

Richtlinien zum Anrichten von Haupt auf Tellern:

* Vingnette 1200
* Sättigungs 0200
* Vita 1000
* Haupt 0600

Die Sauce sollte in der Regel unter dem Fleisch sein, außer das Fleisch wurde bereits in der Sauce zubereitet. Des Weiteren sollten Beilagen wenn möglich a- part angerichtet werden.

# 5 Gemüse

## 5.1 Gemüsearten

1. Wurzelgemüse
Karotten, Petersilienwurzel, Schwarzwurzel, Kren
2. Stängelgemüse
Spargel, Kohlrabi
3. Sprossengemüse
Sojasprossen, Bambussprossen, Alpha-Alpha-Sprossen, Radieschenkeimlinge
4. Blütengemüse
Blumenkohl, Romanesco, Broccoli, Mais, Artischocken
5. Frucht& Samengemüse
Erbsenschoten, Erbsen, Bohnen, Melanzani, Gruke

Anmerkung:

Ruccola kann wenn sie schon Welk sind in einem lauwarmen Wasserbad mit etwas Zucker und Zitrone wieder ansehnlich gemacht werden.

Qualitätsmerkmale sind in der Regel, eine feste glatte Form und ein angenehmer Geschmack.

### 5.1.1 Spargel

Der Spargel wurde bereits im Römischen Reich sowie in Ägypten angebaut und wegen seinem guten Geschmack „verehrt“. Heutzutage wird er, da er Kalorienarm ist als sehr Gesund eingestuft.
Der Anbau von Spargel gestaltet sich als, man kann sagen, Mühsam, und geht wie folgt von statten.

1. Jahr Der Boden wird für den Anbau von Spargel vorbereitet
2. Jahr Wird der erste Spargel ausgesäht
3. Jahr In diesem Jahr wird dem Spargel Zeit gegeben eine kräftige Wurzel zu entwickeln, es wird nicht geerntet.
4. Jahr Die erste Ernte, im dritten Jahr nach der Aussaht, findet Statt. Dazu wird im Frühjahr ein Damm (nicht bei der prod. von grünem Spargel) aufgeschüttet um ihn vor Licht zu schützen.

Die Spargelpflanze kann bis zu 6 Jahren genutzt werden, danach muss neu bepflanzt werden.
Die Lese des Spargels findet bis zum Johannitag statt (verschiedene Quellen geben diesen Tag zwischen 21. Juni und 25. Juni an)

Die Verarbeitung von Spargel beginnt mit dem Reinigen und Waschen. Darauf folgend wird er durch die Berieselung mit Eiswasser auf etwa 2°C heruntergekühlt um ihn haltbar zu machen. Anschließend wird er Sortiert und genormt (Normlänge von 22cm bei einem Durchmesser von 2,2cm)

## 5.2 Zubereitungsarten von Gemüse

1. Englisch / Á l’anglais
Gemüse wird in Salzwasser gekocht, anschließend abgetropft und angerichtet und mit frischer Butter nappiert
2. In Butter / Au buerre
Gares Gemüse wird in Butter geschwenkt
3. Mit Kräutern / Aux fines herbes
Gares Gemüse wird in Butter und Kräutern geschwenkt
4. Mit Obers / Á la creme
Gemüse wird mit Obers eingekocht (mit Mehlbutter oder Béchamelsauce& Obers binden)
5. Eingemacht / Au relouté
Blanchiertes oder gegartes Gemüse in Einmachsauce
6. Gratiniert mit Sauce Mornay / Au gratin
gegartes Gemüse anrichten und mit Sauce Mornay nappieren, anschließend mit Reibkäse bestreuen und mit Butter beträufelt gratinieren
7. Glaciert / Glacé
Gemüse wird mit Flüssigkeit, Butter & Zucker weiter reduziert bis sich eine
8. Mailänder Art / Á la milanaise
fertig gegartes Gargut wird mit Parmesan bestreuen anschließend mit Butter Beträufeln und gratinieren
9. Butter und Bröseln
fertiges Gargut mit in Butter braun gerösteten Bröseln übergießen
10. Gebraten
Gemüse wird in Öl scharf angebraten
11. Mit Mark
Gedünstet mit Sauce bordelaise nappieren und mit Markscheiben garnieren
12. Braun gedünstet
Kraut- und Kohlarten im Fett, Speck und Zwiebeln im Rohr leicht anbraten anschließend mit braunem Fond oder Jus übergießen und fertig dünsten
13. Gebacken
alle Gemüse auf Serviette anrichten und mit passender Sauce reichen
	1. Natur gebacken
	mit Obers befeuchten – würzen – in Mehl wenden und im Fett schwimmend backen
	2. Backteig
	miz gehackter Petersilie und Zitronensaft marinieren – würzen – durch Backteig ziehen – knusprig in Fett backen
	3. Paniert
	mit Mehl Ei und Bröseln panieren und Backen
14. Pürees
Gemüse kochen oder dünsten anschließend passieren und ggf. mit Butter vollenden

## 5.3 Grundregeln der Gemüsezubereitung

* Die Garzeit so kurz wie möglich halten
	+ Gemüse immer in kochendes Salzwasser geben
	+ Gemüse soll gerade mit Wasser bedeckt sein
	+ Während des Garvorgangs den Topf immer geöffnet lassen
	+ Gemüse niemals zu weich kochen – es soll knusprig sein
	+ so kurz wie möglich warm halten
	+ Grün- und Blattgemüse nach dem Garen kühl abschrecken
* Garverfahren wie Dämpfen, Pochieren oder Dünsten sind nach Möglichkeit anzuwenden
* Kohlgemüse, die einen starken, strengen Geruch entwickeln, werden zu erst in Säure gekocht, dann erst weiter verarbeitet
* Gemüsefond als Aufgussmittel verwenden

# 6 Salate

## 6.1 Unterteilung der Salate nach Zubereitungsart

* Rohsalate (Tomaten, Zucchini, Radieschen, Sellerie)
* Kochsalate (Kartoffel, Blumenkohl, Spargel, Artischocken, Linsen; d.h. Frucht- und Samengemüse)
* Rohkostsalate
sind Salate die mit so wenig wie möglich Essig zubereitet werden und als Diätkost oder kalte Vorspeise eingesetzt werden.

## 6.2 Salatsaucen

* flüssig
	+ Speiseöl (vollwertige reine Öle verwenden)
	+ Essig (nicht zu scharfe Sorten, als alternative kann auch Saft von Zitrusfrüchten verwendet werden)
* gebunden/ cremig
	+ Milchprodukte (Sauerrahm, Sahne, Joghurt, Quark, Gervais, Roquefort)
	+ Mayonnaise (Salatmayonnaise, Salatcreme)

Als geschmackliche Ergänzung können unter anderem folgende Hilfsmittel verwendet werden: Petersilie, Schnittlauch, Dill, Kerbel, Zwiebel, Knoblauch, Kren, Kapern, Sardellen, roter Paprika, Tomaten, Oliven, Senf, Speck, evtl. auch Zucker oder Honig
Marinade& Dressing bedeuten das gleiche. Die Bezeichnung ist oftmals abhängig von der Zubereitung und der Zusammensetzung. Gastronomische Gepflogenheiten prägen diesen Ausdruck, genaue Richtlinien gibt es kaum. Jedoch kann man in der Regel sagen das:

* Marinaden gebunden sind
* Dressings ungebunden

#### 6.2.0.1 Essig- Öl- Dressing (französisch)

1 Teil Essig
(Weinessig, Balsamico, Himbeeressig, Apfelessig, Nelkenessig, Cherryessig, Traubenessig, Champagneressig, Traubenessig)

3 Teile Öl
(Olivenöl, Kürbiskernöl, Trüffelöl, Sesamöl, Chilliöl, Nussöl, Limonenöl, Kokusöl)

- Salz

- Pfeffer

#### 6.2.0.2 Roquefort- Dressing

1 Teil Roquefort

1 Teil Essig

2 Teile Öl

- Salz, Pfeffer

Der passierte Roquefort wird mit Öl glatt gerührt und anschließend die restlichen Zutaten beigemengt.

#### 6.2.0.3 Italien- Dressing

1 Teil Weinessig

3 Teile Öl

- Salz, Pfeffer

- Knoblauch

## 6.2 Salatvariationen

### 6.2.1 Rucolasalat / Vogerlsalat

ein nussiger Geschmack, daher ein Essig- Öl- Dressing mit Speck verfeinert

### 6.2.2 Radicchiosalat

es ist ein Bittersalat, weswegen ein Essig- Öl- Dressing mit Knoblauch harmonieren würde. Des Weiteren kann der Radicchio kurz im lauwarmen Wasser mit Zitronensaft gewaschen werden, was Bitterstoffe entzieht.

### 6.2.3 Chiccoreesalat

ebenfalls ein Bittersalat, daher das gleiche Dressing wie Radicchiosalat. Er kann jedoch auch blanchiert als warme Beilage gereicht werden.

### 6.2.4 Blattsalate

ein einfaches Essig- Öl- Dressing passt mit am besten.

### 6.2.5 Wildsalate

Beispiele: Löwenzahn, Wildklee, Sauerampfer, Kapuzinerkresse (nussiger Geschmack), Bärlauch.
Sie harmonieren am besten mit einem einfach Pesto

## 6.3 Salatkreationen

### 6.3.1 Feigensalat

10 Feigen

10 Scheiben Parmaschinken

5 Büffel- Mozarella- Bällchen

Die Feigen werden kreuzweise eingeschnitten und unten zusammengedrückt sodass sie sich öffnen. Jeweils eine Scheibe Parmaschinken wird um die Feigen gewickelt. Das ganze dann auf einem Teller angerichtet. Darauf werden noch halbierte Mozarella- Bällchen gegeben. Zum Abschluss noch mit einem Honig- Zitronendressing beträufeln.

6 Teile Olivenöl

3 Teile Zitronensaft

1 Teil Honig

- Salz, Pfeffer

### 6.3.2 Artischockensalat mit rosa Grapefruits, Friseé und Pecorino

5 Grapefruits filetieren und etwas zerkleinern, den Saft dabei aufbehalten. Mit 100g Mandeln und dem Saft in einer Schüssel vermengen. Etwa 20 Artischocken nachdem der Boden und die Blattspitzen entfernt wurden beigeben. Darauf folgend mit Friseésalat und Pecorino anrichten und mit Honig- Zitronendressing (siehe oben) beträufeln.

### 6.3.3 Spinatsalat mit geröstetem Knoblauch

500g jungen Blattspinat

30g Knoblauchzehen

60g Olivenöl

2 Avocados

-- Dressing

100ml Orangensaft

100g Limettensaft

40g Tabasco

100ml Walnussöl

- Salz, Pfeffer

Spinat waschen, den Knoblauch in dünne Scheiben schneiden und beides hellbraun anbraten. Die Avocados halbieren das Fruchtfleisch entfernen und die Avocados spalten. Alle drei Zutaten auf einer Platte anrichten. Das Knoblauch öl aus der Pfanne mit restlichen Zutaten vermengen und über die Platte träufeln.

### 6.3.4 Chicorée mit Trauben an Roquefort- Dressing

10 Chicorée

250g grüne Trauben

250g blaue Trauben

Chicorée waschen und wagerecht in Stücke teilen, die Trauben halbieren und entkernen mit Roquefort- Dressing nappieren.

### 6.3.5 Zucchini Salat mit Minze, Knoblauch, Chilli und Olivenöl

10 kleine Zucchini in feine Scheiben schneiden und auf beiden Seiten leicht anrösten. Auf einem Teller rund anrichten. Darauf folgend 3 rote Chilli entkernen und fein hacken. Anschließend 30g Knoblauch fein hacken und beides über die Zucchini geben. Abschließend mit Olivenöl und Zitronensaft nappieren und Minze darauf legen. ggf. noch mit Salz und Pfeffer bestreuen.

# 7 Beilagen

## 7.1 Unterteilung

* Vitaminbeilagen (Gemüse, Salat)
* Sättigungsbeilagen (Teigwaren, Getreide, Kartoffel, Knödel, Spätzle / Nockel)

Salate (Blattsalate etc)

Gemüse (Karotten, Püree (von Gemüse wird mit Kartoffeln hergestellt, Letscho, Ratatouille, Tzatziki, Erbsen)

Teigwaren (Nudeln, Schlutzkrapfen, Lasagne, Rigatone, Penne, Farfale)

Kartoffeln (Annakartoffeln, Gnocchi, Püree, Boullionkartoffeln)

Getreide (Polenta, Reis, Ebly- Weizen, Risotto, Cous- Cous, Risipisi)

Knödel (div. Arten und Geschmacksrichtungen)

## 7.2 Beispiele für Verwendung

Weinkraut: Wild, Geflügel, Spanferkel

Letscho: gegrilltem Fleisch, Lamm, Fisch

Ratatouille: gegrilltes Fleisch

Dill- Bohnen: Selchfleisch, gekochtes Rindfleisch, Faschiertes

Kohl: Faschiertes, Schweinsbraten, gekochtes Rindfleisch, Wildschwein

Speckbohnen: Zwiebelrostbraten

Aubergine: Antipasto, Gefüllt (z.B. mit Pilzen etc.), Risotto

Broccoli: Flan/ Pudding (Butter schwitzen, Broccoli, mit Schlag ablöschen, verkochenlassen, abkühlen, mixen und Eier zugeben (Ei darf nicht stocken), abschmecken und in Form einfüllen, zum erwärmen pochieren)

Weinblätter: gefüllt mit Reis oder Faschiertem

Zwiebel: Röstzwiebel, Zwiebelroh, gefüllte Zwiebel, Rotweinzwiebel, Zwiebelkonfitüre

## 7.3 Zubereitung von Gemüse

* Gemüse waschen oder putzen, evtl. auch bürsten
* Holzige und unbrauchbare Teile entfernen, faule Stellen herausschneiden
* Gemüse schälen oder abschaben (Abhängig von der jeweiligen Art)

### 7.3.1 Rohgewichte für Gemüse

* Wurzel- oder Knollengemüse
	+ A la cart 150g- 200g
	+ Menu 100g- 150g
	+ Putzverlust 30%- 40%
* Blattgemüse
	+ A la cart 200g- 250g
	+ Menu 140g- 160g
	+ Putzverlust 20%- 30%
* TK Gemüse
	+ A la cart 100g- 150g
	+ Menu 80g- 120g
* Hülsenfrüchte
	+ A la cart 50g- 60g
	+ Menu 30g- 50g
* Pilze
	+ A la cart 150g- 200g
	+ Menu 100g- 150g
	+ Putzverlust 10%- 20%

### Auberginen

1. Backen/ Braten
Früchte schälen und in 1cm dicke längs- oder querstreifen schneiden
2. Füllen
Junge Früchte brauchen nicht geschält zu werden. Die Früchte der Länge nach halbieren und die Schnittfläche einschneiden. In wenig Fett anbraten. Das Fruchtfleisch entfernen und mit der verwendeten Fülle vermischen. Anschließend wieder in die ausgehöhlte Frucht geben und evtl. mit Käse überbacken
3. Dünsten
Die geschälte Frucht in ca. 2cm große Würfel schneiden und dünsten

### Fenchel

Stiele und äußere Blätter entfernen. Den Fenchel halbieren, dann vierteln. Bei großen Exemplaren sollten die Fasern entfernt werden

### Broccoli

Die außen Blätter entfernen. Lange Stiele mit dem Blütenknospen vom dicken Strunk abschneiden. Die Stiele ggf. kürzen, große evtl. schälen. Anschließend waschen. Der Strunk und die Stiele können für Suppe verwendet werden.

### Kürbis

Junge Kürbisfrüchte schälen, entkernen und in kleine Stücke oder Streifen schneiden. In Österreich meist zu Kürbissuppe oder Kürbiskraut verarbeitet

### Zwiebel

Wurzelansatz und Spitzen entfernen, schälen. Kann auch eine Minute in kochendem Wasser oder unter Dampf blanchiert werden, damit sich die Schalen besser ablösen. Die geschnitten Zwiebeln dürfen nicht zu lange an der Luft bleiben da sie sonst bitter werden.
Zum Füllen Zwiebel schälen, blanchieren und aushölen

## Garnitur Arten

### Anrichtearten

* A-part
Gemüse wird in Timbalen oder auf Platten a-part angerichtet
	+ Aus optischen Gründen, oder serviertechnischen Gründen
* Garnitur
Mit Fleischspeise auf einem Teller oder Platte angerichtet. Sollte Farblich auf die Dekoration abgestimmt sein.
	+ Als Garnitur auf der Speise
		- Pochierter Fisch (Spargelspitzen, Tomatenstreifen, tournierte Champ.)
		- Entrecôte (Tomates concassées)
		- Rumpsteak (Oliven, Artischocken)
		- Kalbsfilet (Spargl, Pfifferlinge)
	+ Neben der Speise
		- Kalbsteak (Erbsenschoten, Karotten, Spargel)
		- Lammsteak (Grüne Bohnen, Tomaten)
		- Wildbraten (Rotkraut, Kohlsprossen, grüne Bohnen)
		- Gekochtes Rindfleisch (Blattspinat, Sellerie, Karotten, Lauch)
	+ Unter der Speise
		- Kalbsbris (auf Blattspinat, ggf. auch überbacken)
		- Bauernschmaus `(auf Sauerkraut)
		- Entenbrust (auf Rotkraut)
		- Fasan (auf gedünsteten Kohlstreifen)

## Kartoffeln

Kartoffeln sollen nicht zulange warm gehalten werden, da sie sonst an Geschmack und Aussehen verlieren

## Verarbeitung

* Kartoffeln waschen, evtl. bürsten oder schälen
* Für verschiedene Kartoffel formen möglichst gleichgroße Kartoffeln verwenden, um den Verlust so gering wie möglich zu halten
* Nach dem schneiden waschen um ein gleiche Bräunung erreichen zu können (es tritt vermehrt Stärke an den Schnittkanten auf die die Bräunung verhindern würde)
* Vor der Verarbeitung kurz im kaltem Wasser aufbewahren um zu verhindern das sie an der Luft braun werden

### In Fett gebackene Kartoffeln

* Wenn sie in der Friteuse gebacken werden gut abtropfen lassen und trocknen. (Kartoffeln dürfen nicht zu feucht)
* Dick geschnittene Kartoffeln vor dem Backen blanchieren.
	+ Im Fett bei ca. 140°C herausbacken, sie sind innen weich
	+ Backen bei ca. 170°C, sind sie innen noch weich haben aber eine Knusprige äußere „Schale“.
	+ Sie sollten außerdem sofort nach dem Backen in Salz geschwenkt werden (verteilt sich kalt nicht mehr gleichmäßig)
	+ Wenn möglich auf einem Spitzenpapier anrichten.
* Klein geschnittene Kartoffeln können sofort, d.h. ohne blanchieren weiter verarbeitet werden, ebenfalls gut abtropfen lassen und rasch in Salz schwenken
* Dick geschnittene Kartoffeln
	+ Pommes frites
	+ Kartoffelstäbe
	+ Kartoffelstäbchen
* Klein geschnittene Kartoffeln
	+ Strohkartoffeln
	+ Zundholzkartoffeln
	+ Kartoffelchips
	+ Waffelkartoffeln
	+ Kartoffelnester

### Im Rohr gebackene Kartoffeln

* Annakartoffeln
* Folienkartoffeln

### Im Rohr gedünstet Kartoffeln

* Kartoffelgratin

### Im Fond gebackene Kartoffeln

* Boullionkartoffeln

### In der Pfanne gebratene Kartoffeln

Die geschälten Kartoffeln tournieren, würfeln o.Ä. Im Wasser blanchieren, und in einer Pfanne mit ½ Anteil Fett und ½ Anteil Butter unter schwenken anbraten. Kann in div. Größen verarbeitet werden.

* Bratkartoffeln im Ganzen
* Röstkartoffeln, Bratkartoffeln in Scheiben
* Zwiebelkartoffeln
* Gestürzte Kartoffeln
* Rösti

### Saucenkartoffeln

* Dillkartoffeln
* Eingebrannte Kartoffeln (hellbrauner Roux)
* Paradies Kartoffeln (Naturtomatensauce)

Weitere Arten siehe Buch S. 249ff