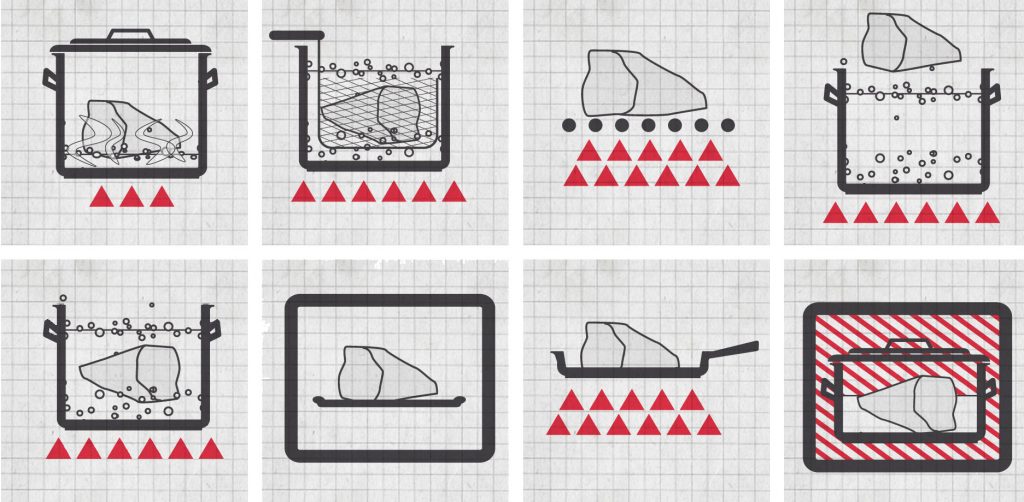
***Zubereitungsarten***

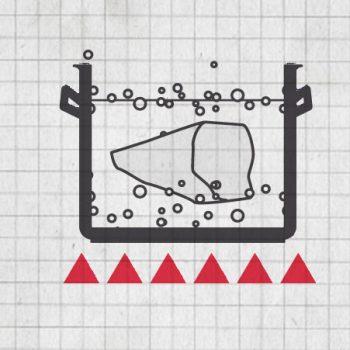
*Brauchen Sie Hilfe?*

*Schauen Sie im Wortspeicher nach*!

**Aufgabe:** Beschriften Sie die unten stehenden Abbildungen mit den richtigen Zubereitungsarten.

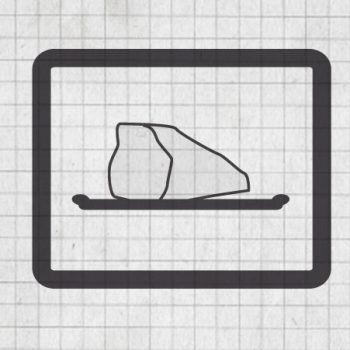
Quelle: https://www.omoxx.com/garmethoden-eine-ubersicht

## Kochen – die bekannteste aller Garmethoden

[](https://www.omoxx.com/wp-content/uploads/2010/03/kochen.jpg)

**Kochen** ist das Garen von Speisen in sprudelnder Flüssigkeit bei 100°C. **Das braucht man dazu:** [**Töpfe**](http://www.amazon.de/s/?_encoding=UTF8&camp=1638&creative=19454&field-keywords=Fissler%20T%C3%B6pfe&linkCode=ur2&rh=n%3A3167641%2Ck%3AFissler%20T%C3%B6pfe&site-redirect=de&tag=omoxx-21&url=search-alias%3Dkitchen&linkId=OFEEMES5AMSRCDLY)

## Backen

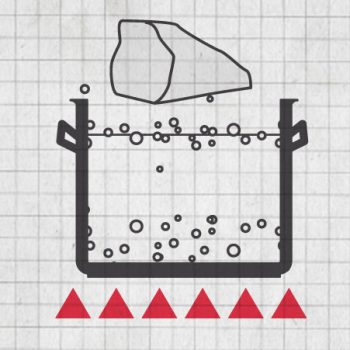
[](https://www.omoxx.com/wp-content/uploads/2010/03/backen.jpg)

**Backen** ist Garen in heißer Luft.

Das Gargut wird bei Temperaturen von 120°C bis 250°C gegart.

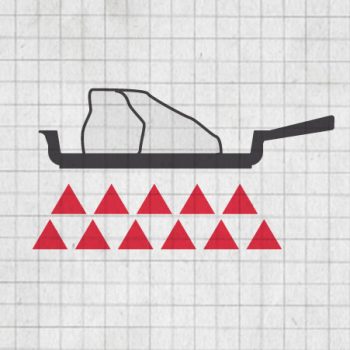
**Das braucht man dazu:** **Backformen, Backblech**

## Blanchieren

[](https://www.omoxx.com/wp-content/uploads/2010/03/balanchieren.jpg)

**Blanchieren** nennt man das kurze Eintauchen von Lebensmittel in kochendes Wasser. **Das braucht man dazu:** [**Topf**](http://www.amazon.de/s/?_encoding=UTF8&camp=1638&creative=19454&field-keywords=Fissler%20T%C3%B6pfe&linkCode=ur2&rh=n%3A3167641%2Ck%3AFissler%20T%C3%B6pfe&site-redirect=de&tag=omoxx-21&url=search-alias%3Dkitchen&linkId=OFEEMES5AMSRCDLY)

## Braten

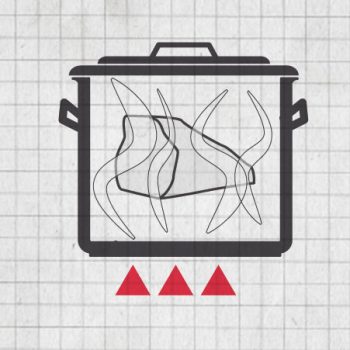
**[](https://www.omoxx.com/wp-content/uploads/2010/03/braten1.jpg)**

**Braten** ist das Garen bei starker, trockener Hitze.

Unter Braten versteht man sowohl das Braten im Ofen, das Grillen wie auch das offene Braten in der Pfanne oder im Ofen).

**Das braucht man dazu:** [**Bratpfanne**](http://www.amazon.de/gp/product/B00462QP16/ref=as_li_tl?ie=UTF8&camp=1638&creative=19454&creativeASIN=B00462QP16&linkCode=as2&tag=omoxx-21&linkId=6SFQXAN7YL6724LJ)

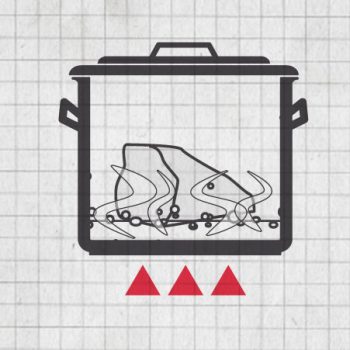
## Dämpfen

**[](https://www.omoxx.com/wp-content/uploads/2010/03/daempfen.jpg)**

**Dämpfen** ist eine besonders schonende Garmethode im drucklosen Wasserdampf bei Temperaturen bis zu 100 °C.

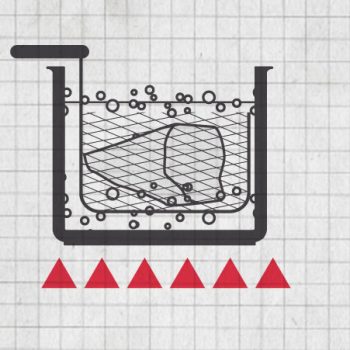
**Das braucht man dazu:** **Dämpfeinsatz oder Dämpfer**

## Dünsten

[](https://www.omoxx.com/wp-content/uploads/2010/03/duensten.jpg)

Beim **Dünsten** wird das Gargut mit wenig Flüssigkeit oder Fett in einem geschlossenen Topf  erhitzt. Das Gargut gart bei einer Temperatur zwischen 70°C und 98°C. Aromen können nicht entweichen.

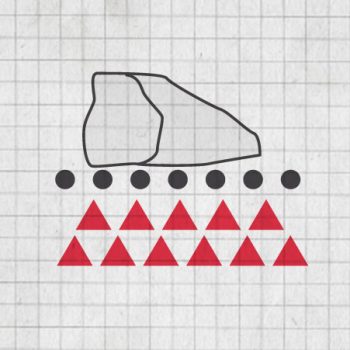
## Frittieren

**[](https://www.omoxx.com/wp-content/uploads/2010/03/frittieren.jpg)**

**Frittieren** ist Garen in heißem schwimmendem Fett bei 150°C – 175°C.

**Das braucht man dazu:** Fritteuse. Man kann auch einen normalen [**Topf**](http://www.amazon.de/s/?_encoding=UTF8&camp=1638&creative=19454&field-keywords=Fissler%20T%C3%B6pfe&linkCode=ur2&rh=n%3A3167641%2Ck%3AFissler%20T%C3%B6pfe&site-redirect=de&tag=omoxx-21&url=search-alias%3Dkitchen&linkId=OFEEMES5AMSRCDLY) **nehmen.**

## Grillen

**[](https://www.omoxx.com/wp-content/uploads/2010/03/grillen.jpg)**

**Grillen** ist das Braten durch direkte Wärmeeinwirkung bei ca. 300 °C .

**Das braucht man dazu: Grill**

## Schmoren

**[](https://www.omoxx.com/wp-content/uploads/2010/03/schmoren.jpg)**

**Schmoren** ist eine Kombination der Garmethoden Braten, Kochen und Dünsten.

1. Kräftiges Anbraten in heißem Fett bei ca. 180 °C.

2. Garen mit Flüssigkeit bei ca. 100 °C im geschossenen Topf.

## Gratinieren

Bräunen und verkrusten der Oberfläche durch trockene Hitze bei ca. 200°C. bis 250 °C.

## Pochieren

## Eine sanfte Garmethode in heißer, aber nicht kochender, wässriger Flüssigkeit (65°C – 75°C).

## Sautieren

Ist eine besondere Form des Kurzbratens bei ca. 160°C bis 240 °C in einer offenen Pfanne.