

# THEMA GARMETHODEN

## ANTWORTEN

1. In welchem Temperaturbereich werden Lebensmittel gegart?

**65° C - 280 ° C**

2. a) In welchem Metall sollten Lebensmittel nicht gegart werden?

**Kupfer**

b) Begründen Sie Ihre Aussage:

**Kupfer vernichtet Vitamine, die der Mensch zum leben dringend benötigt.**

3. Zählen Sie vier Wärmearten auf:

**Kontaktwärme**

**Übertragungswärme**

**Strahlungswärme**

**Kombinationswärme**

4. Tragen Sie die entsprechenden Garmethoden mit Hilfe Ihres Lehrbuches ein

WÄRMEÜBERTRAGENDE MEDIEN					
Flüssigkeit und/oder feuchte Hitze	Flüssigkeit und Fett	Fett	Fett und trockene Hitze	Trockene Hitze	Strahlen
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Blanchieren</li> <li>- Pochieren</li> <li>- Kochen</li> <li>- Dämpfen</li> <li>- Sous vide</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dünsten</li> <li>- Schmoren</li> <li>- Glasieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sautieren</li> <li>- Grillieren</li> <li>- Fritieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Braten</li> <li>- Rösten</li> <li>- Hellbraundünsten / Poelieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Backen</li> <li>- Gratinieren</li> <li>- Rösten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Garen mit Infrarotstrahlen und Hochfrequenzstrahlen</li> </ul>

5. Erarbeiten Sie mit einem Partner zu jeder Garmethode ein Beispiel