



D Ä M P F E N

ANTWORTEN

1. *Auf welche Arten kann Gedämpft werden?*

Dämpfen kann man mit oder ohne Druck im strömenden Wasserdampf

2. *Was eignet sich zum Dämpfen?*

Fische, Schalen-, Weich- und Krustentiere, Geflügel, Fleisch und Fleischwaren, Innereien, Kartoffel, Gemüse und Hülsenfrüchte

3. *Worin kann gedämpft werden?*

In einer Kasserolle mit Siebeinsatz, im Kombisteamer, im Dampfkochtopf, im Drucksteamer, im Bambuskörbchen

4. *Welche Vorteile bietet das Dämpfen?*

Beim Dämpfen mit Druck wird die Garzeit wesentlich verkürzt, Nährstoff- und Vitaminverluste bleiben sehr gering, das Kochgut bleibt trocken und wird nicht bewegt

5. *Wie wird das Vakuumgaren auf französisch bezeichnet?*

Cuisson sous vide