

Kochtechniken

Backen	Gratinieren	Schmoren
Blanchieren	Kochen im Schnellkochtopf	Sieden
Braten im Backofen	Küchenhelfer	Saucenfonds
Braten in der Pfanne	Molekulare Kochtechniken	
Dünsten	Niedergaren	
Grillen	Pochieren	
Frittieren	Rösten	

Kochen – Die verschiedensten Kochtechniken

Der Bereich Kochen ist ein sehr weit gefächertes Thema: Nicht alle können es, viele möchten es erlernen, es gibt die verschiedensten Kochtechniken. Profiköche sind rar und werden stets beneidet. Für viele stellen sich unzählige Fragen: Was muss ich bei welchem Gericht bzw Kochvorgang beachten? Was passt geschmacklich zusammen und was nicht? Wie bereite ich welches Gericht am einfachsten zu? Wie kann man was abschmecken und vor allem womit schmecke ich am besten ab? Diese und viele weitere Fragen stellen sich sicher unzählige Menschen, deren Beruf nicht der des Koches ist.

Kochen will gelernt sein – das steht fest! Hier trifft es ein bekanntes Sprichwort wie angegossen: Übung macht den Meister! Man muss sich keineswegs schämen, wenn man nicht alle Fremdwörter auf Anhieb kennt, denn die Bezeichnungen der Kochkunst stammen zumeist aus dem französischen. Mit der folgenden Hilfe dürften diese recht gängigen Fremdwörter keine Fremdwörter in dem Sinne mehr darstellen.

Um den Einstieg in die Welt der Kochkünste zu erleichtern und eine Art „roten Faden“ an die Hand zu geben, werden hier einige bzw. die wichtigsten Kochtechniken und die besagten Fremdwörter, samt nützlicher Tipps aufgeführt. Mit dieser kleinen Anleitung sollte der Einstieg in die Fremdwörter des Kochens kein Problem mehr sein.

Informieren Sie sich hier über die verschiedenen Kochtechniken, Kochtipps und Küchenhelfer, die zum guten Gelingen einer Speise beitragen können.

Im Laufe der Jahrhunderte hat der Mensch das Kochen zu einer echten Kunst erhoben und es gibt eine Menge an verschiedenen Techniken die auf unterschiedlichste Weise den Speisen Ihren letzten Schliff geben. Neben den verschiedensten Kochtechniken finden Sie hier auch Tipps und Tricks um kleine Kochmalheurs auszugleichen und einige Küchenhelfer, die unverzichtbar für jeden Haushalt sind.

Die einzelnen Kochtechniken erscheinen auf den ersten Blick vielleicht ein wenig kompliziert. Mit der Zeit wird man allerdings merken, dass die einzelnen Garverfahren kein allzu großes Problem darstellen. Die Begriffe „Blanchieren“, „Braten im Backofen“, „Braten in der Pfanne“, „Dünsten“, „Fritieren“, „Gratinieren“, „Kochen im Schnellkochtopf“, „Pochieren“, „Rösten“, „Sieden“, „Schmoren“ und „Sauce richtig zubereiten“ sollten nun kein Problem mehr darstellen. Mit etwas Übung und Geschick gelingt von nun an das perfekte Essen. Denn: Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen!

Noch ein paar kleine Hilfen:

Nahrungsmittel werden immer in einer Flüssigkeit gekocht. Diese (meistens ist es Wasser) sollte das Kochgut ganz oder fast ganz bedecken. Die Temperatur des Wassers beträgt beim Kochen konstant 100°C.

Manche Gerichte verlangen eine lange oder eine kurze Kochzeit.

Normalerweise verhält es sich damit so, dass bei kurzer Kochzeit das Wasser heftig sprudeln darf. Der Topf bleibt bei Kochzeiten unter 5 Minuten geöffnet.

Dann sollte man natürlich am Herd bleiben, damit nichts überkocht. Bei den langen Kochzeiten sollte das Wasser nur leicht sprudeln. In den meisten Fällen kann man den Topf mit einem Deckel abdecken. Ein kleiner Spalt sollte jedoch offen bleiben. Doch für welche Nahrungsmittel eignet sich die Garmethode des Kochens? Grundsätzlich kann man alle Gemüsesorten, Fleisch, Kartoffeln, Eier, Hülsenfrüchte, Reis und Teigwaren (Nudeln) kochen. Einige Nahrungsmittel werden dabei schon vor dem Kochen ins Wasser gelegt, andere gibt man erst in den Topf, wenn das Wasser kocht.

Mengentabelle

1 gestrichenen Esslöffel Butter 20g
1 gestrichenen Esslöffel Grieß 12g
1 gestrichenen Esslöffel Haferflocken 5g
1 gestrichenen Esslöffel Kaffee gemahlen 5g
1 gestrichenen Esslöffel Kakao 5g
1 gestrichenen Esslöffel Mehl 5g
1 gestrichenen Esslöffel Mondamin 10g
1 gestrichenen Esslöffel Reis 10g
1 gestrichenen Esslöffel Salz 9g
1 gestrichenen Esslöffel Zucker 15g
1 gestrichenen Teelöffel Backpulver 3g
1 gestrichenen Teelöffel Mondamin 5g
1 gestrichenen Teelöffel Salz 5g

Für 3 bis 4 Personen braucht man ca.

1 Pfd. Fleisch ohne Knochen
1 Pfd. Gehacktes
1 Pfd. Gemüse
1 Pfd. Kartoffel
1 Pfd. Obst

2 Pfd. Fisch gekocht
1- 1 $\frac{1}{2}$ Pfd. Gemüse
1 $\frac{1}{2}$ Pfd. Fisch gebacken
 $\frac{3}{4}$ Pfd. Hülsenfrucht
 $\frac{3}{4}$ Pfd. Nudeln
 $\frac{1}{4}$ Pfd. Grieß
 $\frac{1}{4}$ Pfd. Reis
1 l Suppe
 $\frac{1}{2}$ l Soße
 $\frac{1}{2}$ l Flüssigkeit für Süßspeisen
40g Suppeneinlagen

Um 1 kg. gekochte Kartoffeln zu erhalten, muss man 1,35 kg. bis 1,50 kg. rohe Kartoffeln rechnen.

Jeder Koch und jede Köchin haben ihre eigenen Tipps und Tricks in der Küche. Selbst unsere kochenden Elternteile, vermutlich, nein, ziemlich sicher sogar jeder von uns selbst, hat bei seinen liebsten Gerichten gewisse Tricks und Tipp zur Auswahl.

Jeder weiß für sich, was für sein Lieblingsgericht die wichtigste Zutat ist, um es noch besser und noch schmackhafter zu gestalten. Über Generationen hinweg haben sich diese Tipps und Tricks vertieft und verfeinert. Hier sind nun einige besonders interessante Tipps und Tricks angeführt:

- * **Zu starker Kaffee** – wird durch Zugabe von etwas Kakao wieder bekömmlich
- * **Angebrannte Töpfe** – entweder man weicht sie einige Stunden mit Wasser ein oder kocht sie mit Salz aus
- * **Äpfel** – wenn man Zitronensaft auf die geschnittenen Äpfel träufelt, werden die Schnittstellen nicht braun
- * **Eiweiß welches nicht steif wird** – lässt sich oft durch ein paar Tropfen Zitronensaft oder eine Messerspitze Salz retten

- * **Gelatine** klumpt nach dem Auflösen – leicht erhitzen und durchsieben
- * **Kuchen Garprobe** – mit einem Holzstäbchen in den Kuchen einstechen, ist der Kuchen noch nicht durch, bleibt Teig auf dem Stäbchen, ist der Kuchen durch, bleibt nichts auf dem Stäbchen zurück
- * **Petersilie** – Petersilie, welche welk geworden ist, legt man in lauwarmes Wasser, so wird sie wieder frischer
- * **Reis** – wenn man einige Spritzer Zitronensaft ins Kochwasser gibt, wird der Reis schneeweiß
- * **Zwiebeln** – in Folie eingelegt, treiben sie nicht aus, sie werden nicht weich und bleiben länger frisch