

Kurt Bekker



Warenkunde

Inhaltsverzeichnis:

1. **Butter**
2. **Fette und Öle**
3. **Milch**
4. **Käse**
5. **Eier**
6. **Quark**
7. **Süßspeisen**
8. **Honig**
9. **Schokolade**
10. **Kakao**
11. **Kaffee**
12. **Tee**
13. **Bier**
14. **Wein**
15. **Spirituosen**
16. **Stärke**
17. **Teigwaren**
18. **Nüsse**
19. **Reis**
20. **Getreide**
21. **Gewürze**
22. **Würzmittel**
23. **Salze**
24. **Salate**
25. **Gemüse**

- 26. **Pilze**
- 27. **Hülsenfrüchte**
- 28. **Trockenfrüchte**
- 29. **Obst**
- 30. **Grillen**

Anhang 1 Kalorien

Anhang 2 Vitamine

Anhang 3 Mengen

Anhang 4 Getränke servieren

Anhang 5 Mixen von Getränken

Vorwort

Die nachfolgende Warenkunde - die sicher nicht eine vollzählige Auflistung sein kann - soll einen Überblick geben über verschiedene Waren, die wir tagtäglich kaufen und verwerten, ohne dass wir uns in jedem Fall Gedanken machen, wo sie herkommen oder wie sie sich zusammensetzen.

Diese Warenkunde verzichtet bewusst auf Hinweise zur Anwendung in Rezepten.

Kurt Bekker

1. Butter

Nachdem sich die Völkerstämme gegen Ende der Steinzeit immer mehr auf Viehzucht spezialisierten, waren sie es überdrüssig, nur dann satt zu werden, wenn der „Jagdgott“ gnädig war. Vor nunmehr 15.000 Jahren wurden Milch und Butter als zusätzliche Bereicherung zur sonst oft kargen Kost aufgenommen. Butter wurde Grundnahrungsmittel und Allheilmittel gegen allerlei Krankheiten.

Niemand braucht der Natur bei der Butterherstellung zu helfen. Sie hat für alles gesorgt, was Butter gesund und bekömmlich macht. Nichts ist künstlich hinzugefügt: das leichtverdauliche Fett, die lebenswichtigen Vitamine A, B 1, B 2 und E, der Nervenbaustoff Lecithin und Karotin.

Der Grundstoff für die Butter ist Rahm aus Milch. Butter hat, im Gegensatz zu vielen anderen Nahrungsfetten, einen sehr niedrigen Schmelzpunkt. Er liegt bei 35° C. Das Prinzip der Butterherstellung ist seit Jahrtausenden gleichgeblieben. Der eigentliche „Rohstoff“ ist die Sahne. Heute setzen unsere Molkereien statt Butterfässer große moderne Maschinen ein. Ehe die Sahne dorthin gelangt, wird sie pasteurisiert, d. h. durch kurzzeitiges Erhitzen im Vakuum von Krankheitskeimen befreit.

Es gibt Süßrahmbutter und Sauerrahmbutter.

Süßrahmbutter wird aus süßer Sahne bzw. Rahm gewonnen. Sie hat einen sahnigen, milden Geschmack. Bei der Herstellung von Sauerrahmbutter kommt die Sahne zunächst in einen Rahmreifer, wo ihr natürliche, so genannte Buttereikulturen zugesetzt werden. Dadurch wird

die Sahne bei wechselnden Temperaturen aromatisch gesäuert. In großen, modernen Butterungsmaschinen oder Butterfertigern wird der Rahm zu Butter geschlagen, die Butter durchgeknetet und, je nach Fertigungsverfahren, noch gewaschen. Schließlich verlässt sie als Butterstrang die Maschine. Buttermilch bleibt als „Restprodukt“ übrig. Sauerrahmbutter entfaltet ein frisches, nussartiges Aroma.

Bevor die Butter geformt, gewogen und abgepackt wird, durchläuft sie eine strenge Qualitätskontrolle. Laut Gesetz darf der Wassergehalt nicht mehr als 16 % betragen, der Fettgehalt nicht unter 82 % liegen. Der Rest sind Lecithin, Milcheiweiß, Mineralstoffe, Spurenelemente und Vitamine.

Butter wird in drei Handelsklassen nach einem Punktesystem eingeteilt:

Aussehen, Gefüge, Geruch, Geschmack und Konsistenz.

a) Markenbutter:

Pasteurisierte und gekühlte Sahne (mindestens 4 Punkte für jede Eigenschaft).

b) Molkereibutter:

Aus pasteurisierter und gekühlter Sahne oder Molkenrahm (mindestens 3 Punkte für jede Eigenschaft).

c) Kochbutter:

Verwendung in der Nahrungsmittel-Industrie (mindestens 1 Punkt für jede Eigenschaft).

Einkauf und Aufbewahrung

6 Tage nach der Herstellung entwickelt Butter ihr volles Aroma. Das Mindesthaltbarkeitsdatum bedeutet, dass die Butter bei ordnungsgemäßer, kühler Aufbewahrung ca. drei Wochen ihren frischen Geschmack und ihr Aroma behält.

Der richtige Aufbewahrungsort ist das Butterfach in Kühlschränken. Bei -18°C lässt sich Butter (in Alufolie gewickelt) ca. 6 – 8 Monate einfrieren.

Kennzeichnung

1. Handelsklasse, z. B. „Deutsche Markenbutter“
2. Sortenbezeichnung „Süßrahmbutter“ oder „Sauerrahmbutter“
3. Mindesthaltbarkeitsangabe
4. Mengenangabe
5. Bei Markenbutter das Gütezeichen auf der Oberseite sowie die Angabe „Amtliche Kontrolle des Landes ..., Überwachungsstelle"
6. Name der Firma und Anschrift des Herstellers, der Ausformstelle oder eines Verkäufers
7. Zutaten wie Salz oder der natürliche Farbstoff Beta-Carotin (Provitamin A).

Handelsklasse, Mengenangabe, Mindesthaltbarkeit und Gütezeichen müssen im gleichen Sichtfeld auf der Packung erscheinen.

2. Fette und Öle

Durch Zugabe von Fett werden die meisten Gerichte schmackhafter. Fette nie zu heiß werden lassen, sobald sie rauchen sind sie gesundheitsschädlich. Öle sind zum Unterschied von Butter und Margarine sehr lange haltbar.

Arten: Schweineschmalz schmilzt leicht und wird als Back- und Bratfett verwendet.

Butterschmalz zum Garen von zartem Fleisch und Gemüse.

Butter wird zum Verfeinern von Fisch-, Fleisch- und Gemüsegerichten verwendet.

Öl wird aus verschiedenen Früchten gepresst, z. B. Distelöl, Olivenöl, Sonnen-Blumenkernöl etc.

Margarine hat ähnliche Eigenschaften wie die Butter.

3. Milch

Milch gibt dem Körper viele lebenswichtige Stoffe: Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate in Form von Milchzucker, Mineralstoffe und Vitamine. Vollmilch hat einen auf mindestens 3,5 % eingestellten Fettgehalt; fettarme Milch einen Fettgehalt von zwischen 1,5 bis 1,8 %. Magermilch oder entrahmte Milch enthält höchstens 0,3 % Fett.

a) Buttermilch

Die Milchflüssigkeit, die bei der Butterherstellung zurückbleibt, ist die Buttermilch (Fettgehalt höchstens 1 %). Alle anderen Nährstoffe bleiben erhalten.

b) Crème fraîche

Kommt aus Frankreich und ist ein fettreicher Sauerrahm mit einem Fettgehalt zwischen 30 und 40 %. Crème fraîche ist streichfähig, stichfest und säuerlich im Geschmack.

c) Crème double

ist ein dicker Rahm mit einem Fettgehalt von mindestens 40 %, meist noch mehr. Der Geschmack ist süß.

d) Joghurt

entsteht durch das „Einimpfen“ von spezifischen Säurekulturen in pasteurisierter Milch. Sie lassen das Milcheiweiß teilweise gerinnen, verändern den Geschmack der Milch von süß auf sauer und bewirken die cremige Konsistenz. Joghurt wird in verschiedenen Fettstufen, als Trinkjoghurt oder als stichfester Joghurt hergestellt.

e) Mascarpone

ist eine Spezialität aus Italien und wird aus Vollmilch und frischer Sahne mit einem Fettgehalt von 80 bis 90 % hergestellt. Mascarpone ist streichfähig und ist im Geschmack zartsäuerlich.

f) Sahne

Beim Schleudern von Milch setzt sich Rahm oder Sahne ab. Durch Mischen mit entrahmter Milch wird diese Sahne zu Produkten in verschiedenen Fettstufen verarbeitet.

- Kaffeesahne (Trinksahne) wird mit 10 bis 15 % Fett hergestellt. Haltbargemacht wird diese Sahne (H-Sahne) durch Ultrahoherhitzen.
- Saure Sahne, auch Sauerrahm genannt, gibt es in verschiedenen Fettstufen zwischen 10 und 30 %.
- Schlagsahne hat 25 bis 30 % Fettgehalt.

g) Schmand

ist eine alte Bezeichnung für Sauerrahm.

h) Speisequark

ist grundsätzlich Magerquark. Dieser Quark enthält kein Fett, aber einen hohen Anteil an Milcheiweiß.