

Übung: Grundtechniken der Lebensmittelzubereitung

Teil A – Zuordnen

Ordne zu! Verbinde die Technik mit der richtigen Beschreibung.

1. ____ Waschen
2. ____ Putzen
3. ____ Schälen
4. ____ Schaben
5. ____ Pellen
6. ____ Schneiden
7. ____ Hobeln
8. ____ Raspeln
9. ____ Hacken
10. ____ Passieren
11. ____ Pürieren

- a) Äußere Schicht mit Messer oder Sparschäler entfernen.
- b) Mit einem Pürierstab Lebensmittel zu Mus verarbeiten.
- c) Lebensmittel vorsichtig mit kaltem Wasser reinigen.
- d) Schale z. B. von Eiern oder Pellkartoffeln entfernen.
- e) Weiche Lebensmittel durch Sieb oder Presse drücken.
- f) Nicht essbare Teile entfernen (Stängel, Kerne, Wurzeln ...).
- g) Dünne äußere Schicht mit Messer abziehen (z. B. bei jungen Möhren).
- h) Mit Messer in Stücke, Scheiben oder Würfel teilen.
- i) Mit Reibe in feine oder grobe Stücke zerkleinern.
- j) Mit Wiegemesser oder Messer fein zerkleinern.
- k) Durch Küchenmaschine oder Hobel in dünne Scheiben schneiden.

Teil B – Lückentext

Ergänze die fehlenden Wörter.

1. Beim ____ entfernt man sichtbaren und unsichtbaren Schmutz.
2. Empfindliche Lebensmittel wie Salat wäscht man in ____ Wasser.
3. Beim ____ werden alle nicht essbaren Teile wie Stängel oder Wurzeln entfernt.
4. Die Schale von gekochten Eiern nennt man ____.
5. Beim ____ werden gekochte Lebensmittel durch ein Sieb gedrückt.
6. Zum Zerkleinern benutzt man immer ein scharfes ____ und ein ____.
7. Der ____ bietet die größte Sicherheit beim Schneiden.

Teil C – Anwendungsaufgabe

Schreibe, welche Technik du für folgende Lebensmittel verwendest.

Kartoffeln roh: _____
Gekochte Eier: _____
Möhren frisch vom Feld: _____
Äpfel für Apfelmus: _____
Käse für Pizza: _____
Salat: _____

Übung: Grundtechniken der Lebensmittelzubereitung – Mischen und Aufbereitungsarten

Teil A – Zuordnen

Ordne zu:

1. ____ Rühren
2. ____ Schlagen
3. ____ Kneten
4. ____ Mixen
5. ____ Unterheben
6. ____ Eier trennen
7. ____ Panieren
8. ____ Wasserbad
9. ____ Abschrecken

- a) Eierschale aufschlagen, Eigelb und Eiweiß trennen.
- b) Luft in flüssige Lebensmittel einarbeiten.
- c) Zutaten mit Druck zu einer gleichmäßigen Masse verarbeiten.
- d) Garen kurz mit kaltem Wasser unterbrechen.
- e) Gleichmäßiges Verteilen von Zutaten.
- f) Zutaten mit drehendem Messer zerkleinern und mischen.
- g) Aufgeschlagene Masse vorsichtig unter eine andere heben.
- h) Lebensmittel mit Mehl, Ei und Paniermehl überziehen.
- i) Speisen in einem von Wasser umgebenen Gefäß erhitzen.

Teil B – Geräte ergänzen

Welche Geräte gehören dazu?

Rühren → _____
Schlagen → _____
Kneten → _____
Mischen → _____
Unterheben → _____

Teil C – Anwendungsaufgabe

Welche Technik benutzt du für ...

1. Muffinteig? _____
2. Sahne? _____
3. Hefeteig? _____
4. Schokoguss? _____
5. Schnitzel? _____
6. Eierstich? _____