

Fach: FK	Thema: Garverfahren IV		LOS!
Datum:	Name:	Klasse:	Blatt-Nr.:

Garverfahren IV

6. Kurzbraten

- 5 Das Fett in eine Pfanne geben und erhitzen.
Mit dem Holzstäbchen die Hitze prüfen.
Das Fleisch vorher sehr gut trockentupfen.
Das LM in die heiße Pfanne geben und auf beiden Seiten braten.
Das Fleisch erst wenden wenn es sich vom Pfannenboden löst.
- 10 Zum scharfen Anbraten ein hoch erhitzbares Fett verwenden(Plattenfett).
In Pfannen mit Beschichtung kann mit weniger Fett gebraten werden. LM brennen nicht so leicht an.
Bei beschichteten Pfannen stets nur mit einem Holz- oder Plastikpfannenwender arbeiten. (Schutz der Beschichtung)

15 **Kurzbraten** eignet sich für Fleisch, Fisch, Gemüse, Kartoffeln, Eier, und Nudeln.

Kurzbraten ist garen in heißem Fett

7. Langzeitbraten

- 20 Einen ofenfesten Topf oder eine Fettpfanne einfetten und das LM einlegen.
Fleischstücke können im Bräter kurz angebraten werden, so entsteht eine Kruste.
Die Kruste nicht einstechen, da sonst Saft austritt und das Fleisch zäh wird.
Die gebildete Grundsauce ist sehr intensiv und kann mit Flüssigkeit verdünnt werden.

25 **Langzeitbraten** eignet sich für große Fleischstücke, Fisch und Geflügel im Ganzen.

Langzeitbraten ist garen im Backofen in trockener Wärme.

30