

Gelatine, Agar-Agar - Infos

Kategorien: Grundlagen, Informationen, Wissen

Zutaten für: 1 Rezept

Anleitung:

Erfasser: Gelatine ist ein Produkt, das aus tierischen Rohstoffen gewonnen wird und zu ca. 83 Prozent aus Eiweissen, 15 Prozent aus Wasser und 2 Prozent aus Mineralsalzen besteht. Sie ist sehr kalorienarm (etwa 4 kcal/g), geruchs-, Geschmacks- und farblos.

Kochen mit Gelatine: Die Blattgelatine ca. 3 Minuten in kaltem Wasser einweichen und quellen lassen. Aus dem Wasser nehmen und vorsichtig ausdrücken. Auflösen in warmen Speisen: Gequollene, ausgedrückte Gelatine direkt in die warme Flüssigkeit/Creme rühren, bis sie sich aufgelöst hat. Auflösen in kalten Speisen (Sahne, Quarkcreme, usw.): Gequollene, ausgedrückte Gelatine in einem Teepfchen bei geringer Wärme auflösen. Einige Esslöffel der kalten Masse mit der aufgelösten Gelatine verrühren, dann erst den Rest der kalten Masse zufügen und alles unterrühren. Achtung: stets die kalte Masse zur Gelatine geben, nicht umgekehrt. Gelatine lässt sich auch gut in der Mikrowelle auflösen: dafür die Gequollene, ausgedrückte Gelatine in einem Schälchen bei höchster Leistungsstufe ca. 10 Sekunden verflüssigen. Dann weiter wie beim Auflösen in kalten Speisen. Gelatine niemals in kochende Flüssigkeit geben, da sie sonst ihre Gelierkraft verliert. Gelees und Cremes aus rohen Kiwis, Ananas, Papayas oder Mangos vor der Zubereitung kurz dinsten oder mit heissem Wasser übergießen: diese Früchte enthalten im rohen Zustand ein eiweisspaltendes Enzym, das die Gelatine auflöst.

Faustregel für die Dosierung ~ bei Gelees: 6 Blätter Gelatine pro 5 dl Flüssigkeit ~ bei Cremespeisen (mit Eigelb): 4 Blätter ~ dito, die gestärkt werden: 8 Blätter. Mit Gelatine wird der Eigengeschmack der Speisen etwas gemildert, daher vor dem Abkühlen und Festwerden, noch einmal abschmecken. Gelees sind zum Tiefkühlen nicht geeignet: nach dem Auftauen verlieren sie ihre geschmeidige Konsistenz und werden bröckelig.

Agar-Agar Agar-Agar ist ein Geliermittel, das aus einer Algenart gewonnen wird und als einziges Geliermittel kalorienfrei ist. Es entwickelt seine volle Wirkung erst bei höheren Temperaturen und eignet sich also für alle Speisen, die gekocht werden müssen. Man kann damit auch Gelierzucker bei Marmeladen ersetzen. Diese ist dann allerdings wegen ihres niedrigen Zuckergehaltes nicht so lange haltbar (kühl stellen). Mit Agar-Agar hergestellten Speisen werden etwas trüber: dies kann bei der Zubereitung von Aspik, Sülze oder Gelee stören.