

Gar- und Zubereitungstechniken der Avantgarde-Küche

Nachstehend aufgeführte Gar- und Zubereitungstechniken werden im Kapitel «Avantgarde-Küche» detailliert behandelt.

Sphärisierung
Gelifikation
Emulsifikation
Verdickung
Cryo-Cooking
Weitere Gartechiken aus der Avantgarde-Küche

Temperaturen im Bereich der Gar- und Zubereitungstechniken

Nachstehende Temperaturbereiche sind als ungefähre Werte zu betrachten. Ebenfalls zu beachten gilt es, dass der Siedepunkt einer Flüssigkeit nicht nur von der Hitzezufuhr, sondern auch vom Luftdruck (Höhe der Luftsäule über der Flüssigkeit) abhängig ist. Auf Meereshöhe beträgt der atmosphärische Druck 1 Bar, und der Siedepunkt des Wassers liegt bei 100 °C. Auf 2000 Metern über Meer siedet Wasser bereits bei 93 °C. Da die Gardauer mit der Temperatur zusammenhängt, muss auf 2000 Metern über Meer jeweils eine längere Garzeit vorgesehen werden.

Temperaturbereiche	Gartechiken/Zubereitungstechniken	Röststoffbildung
-195,8 °C	Cryo-Cooking (Garen mit flüssigem Stickstoff)	keine
-34 °C	Herstellung von Produkten mit fester Oberfläche und weichem Kern	keine
1 bis 5 °C	Salzen, Säuern, Marinieren	keine
30 bis 85 °C	Kalträuchern/Heissräuchern	keine
55 bis 72 °C	Niedertemperaturgaren	keine
50 bis 55 °C	Warm schlagen (Buttersaucen, Biskuit-, Parfait-, Schneemassen)	keine
55 bis 90 °C	Garen im Vakuumbbeutel (Sous-vidé-Garen)	keine
60 bis 98 °C	Dämpfen ohne Druck	keine
65 bis 85 °C	Pochieren	keine
72 °C	Garen im Ölbad/Confieren	keine
97 °C	Sieden (knapp am Siedepunkt)	keine
100 °C	Blanchieren	keine
100 °C	Kochen	keine
100 bis 119 °C	Dämpfen mit Druck	keine
110 bis 130 °C	In Butter schwenken	keine
120 bis 140 °C	Dünsten (Ansetztemperaturbereich), Gartemperaturbereich 70 bis 97 °C	leicht, noch nicht sichtbar
140 °C	Vorfrittieren/Blanchieren im Öl	leicht, noch nicht sichtbar
140 bis 160 °C	Poelieren	leicht
165 bis 175 °C	Frittieren	mittel
165 bis 180 °C	Braten (im Ofen, im Kombiteamer, im Umluftofen oder am Spiess)	mittel bis stark
165 bis 180 °C	Schmoren/Glasieren (Ansetztemperaturbereich), Gartemperaturbereich 70 bis 97 °C	mittel bis stark
165 bis 200 °C	Sautieren	mittel bis stark
165 bis 250 °C	Backen im Ofen	mittel bis sehr stark
200 bis 250 °C	Rösten	stark bis sehr stark
200 bis 250 °C	Grillieren	mittel bis sehr stark
250 bis 300 °C	Gratinieren	stark bis sehr stark
800 bis 970 °C	Garen im Beefer (Oberhitze-Infrarot-Grill)	sehr stark
1100 bis 1300 °C	Flämmen mit dem Flambierbrenner	mittel bis sehr stark