

Garverfahren Pochieren

Definition: ein Garen in Flüssigkeit bei einer Temperatur von 70°C - 95°C.

Direktes Pochieren:

die Lebensmittel liegen direkt in der Flüssigkeit. Lebensmittel laugen aus. Nährstoffe gehen in die Flüssigkeit über. Geeignet für Formempfindliche LM.



.....

.....

.....

Indirektes Pochieren:

Lebensmittel sind von einer Form umgeben, so können Nährstoffe erhalten werden, da sie nicht auslaugen.



Beispiele:

.....