

Kontrollfragen: Speisefette und Öle

1. Welche Eigenschaften zeichnen Fettstoffe für die Verwendung in der Küche aus? Nennen Sie mindestens vier Anwendungsbeispiele, bei denen die unterschiedlichen Eigenschaften ausgenützt werden.

Trennmittel, Konsistenzverbesserer, Feuchthaltemittel,

Geschmacksverbesserer

2. a) Durch welche Einflüsse kann Fett verderben?

Wärme, Sauerstoff, UV-Strahlen, Licht, Metall-Ionen, Mikro-

organismen, Enzyme

- b) Wie sollen Fettstoffe deshalb richtig gelagert werden?

Kühl, dunkel, trocken

3. Erklären Sie die den Begriffe Olivenöl «extra vergine».

Temperatur beim Pressen nicht über 32 °C, beste Qualität

4. Wegen ihrer speziellen Eigenschaften sind einzelne Fettstoffe für besondere Anwendungen vorgesehen. Welchen Küchenbereichen ordnen Sie folgende Fettstoffe zu?

| | | |
|---------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 1 Kalte Küche | 1 (2) Sonnenblumenöl (HO) | 1 Maiskeimöl |
| 2 Warme Küche | 3 Kokosfett | 1, 2 Rapsöl |
| 3 Patisserie | 1, 4 Kürbiskernöl | 2 Warm gepresstes Olivenöl |
| 4 Diätküche | 1, 4 Margarine | 2, 3 Sojaöl |
| | 2 Eingesottene Butter | 1 Baumnussöl |
| | 2 Erdnussöl | 3 Kakaobutter |
| | 1 Weizenkeimöl | 2, 3 Schweinefett |
| | 1 Kalt gepresstes Olivenöl | |

5. Was unterscheidet ein Fett von einem Öl?

Bei Zimmertemperatur fest oder flüssig

6. Wann gilt ein Fett als verdorben und gesundheitsschädlich?

Wenn der Fettstoff stark raucht oder ranzig ist.

7. Was ist unter einem so genannten Sonnenblumenöl High Oleic zu verstehen?
Erklären Sie den Unterschied zu einem normalen Sonnenblumenöl.

High Oleic wurde chemisch behandelt und hat drei Mal so viele

ungesättigte Fettsäuren wie normales Öl, ist deshalb hoch erhitzbar

und kann gut zum Frittieren verwendet werden.

8. Welches Öl wird aus einem Schweizer Rohstoff hergestellt?

Rapsöl
