

INHALT

VORWORT	6	DIE WISSENSCHAFT VON KÜCHENGERÄTEN UND ZUTATEN	23		
REZEPTE	8	DIE RICHTIGE KÜCHENAUSSTATTUNG	256		
EINLEITUNG	11	LEBENSMITTELSICHERHEIT	264		
DIE WISSENSCHAFT VON ZEIT UND TEMPERATUR ...	12	LITERATUR	266		
DIE WISSENSCHAFT VON WÄRME UND KÄLTE	16	REGISTER	268		
DIE WISSENSCHAFT DER SINNE	19				
KONZEPT 1.1	PERFEKTES GAREN MIT NIEDRIGER TEMPERATUR	26	KONZEPT 1.10	MEHR AROMA, FETT UND SAFT DURCH FLEISCH MIT KNOCHEN	132
KONZEPT 1.2	GROSSER GESCHMACK DURCH GROSSE HITZE	38	KONZEPT 1.11	NASSPÖKELN MACHT MAGERES FLEISCH SAFTIG	150
KONZEPT 1.3	IN DER RUHE LIEGT DER SAFT	54	KONZEPT 1.12	FLEISCH SALZEN: INNEN SAFTIG, AUSSEN KNUSPRIG	160
KONZEPT 1.4	HEISSE SPEISEN GAREN WEITER	62	KONZEPT 1.13	MIT SALZ PERFEKT MARINIEREN	176
KONZEPT 1.5	ZWEIFACH GEGART IN DER PFANNE UND IM OFEN	74	KONZEPT 1.14	ZARTE BURGER MIT SELBSTGEMACHTEM HACKFLEISCH	200
KONZEPT 1.6	SANFTES GAREN MACHT FLEISCH ZART	90	KONZEPT 1.15	PANADE HÄLT HACKFLEISCH ZART UND LOCKER	210
KONZEPT 1.7	ZÄHES FLEISCH – WENN „DURCH“ NOCH NICHT AUSREICHT	96	KONZEPT 1.16	PERFEKT PANIEREN	224
KONZEPT 1.8	FLEISCH SCHMOREN – AUS ZÄH MACH ZART	110	KONZEPT 1.17	HERZHAFT WÜRZE DURCH GLUTAMATE UND NUKLEOTIDE	236
KONZEPT 1.9	ES SCHMORT SICH GUT IM EIGENEN SAFT	124	KONZEPT 1.18	ALKOHOL VERDAMPFT BEIM KOCHEN – ODER NICHT?	244