

Vorbereitungsauftrag

Modul 5

«Fleisch, allgemeine Ware»



Inhaltsverzeichnis

1. Fleisch / Fisch.....	2
2. Gewürze / Gewürzkräuter / Würzmittel.....	7
3. Öle / Fette.....	11
4. Getreide / Hülsenfrüchte.....	13
5. Teigwaren	19
6. Tiefkühlprodukte / Konserven	21
Übungsfragen	23
Lösungen	25

Bildnachweis

Migros-Produkte

Mit freundlicher Genehmigung des Migros-Genossenschafts-Bundes,
alle Rechte vorbehalten.

Coop-Produkte

Mit freundlicher Genehmigung der Coop-Genossenschaft,
alle Rechte vorbehalten.

Weitere Abbildungen

Die abgebildeten Produkte stellen Beispiele dar und stehen stellvertretend für die
Alternativprodukte anderer Hersteller.

1. Fleisch / Fisch

Fleisch steht für alle geniessbaren Tierkörper und Tierkörperteile, die keiner Behandlung unterzogen werden. Nicht als Behandlung gelten:

- Kältebehandlung
- Zerkleinerung (Zerlegen, Schnetzeln, Hacken)
- Verpackung

Die Sachbezeichnung für Fleisch muss einen Hinweis auf die Tierart enthalten, von der das Fleisch stammt, z. B. «Rindfleisch». Ebenfalls als Fleisch im Sinne der LGV gilt nebst Fleisch von Schaf, Ziege, Pferd, Kaninchen etc. auch Fleisch von Wild, Geflügel, Fischen und Krebstieren.

Fleischarten

- Rind
- Kalb
- Schwein
- Lamm

Geflügel

Bei Geflügel wird unterschieden zwischen:

- hellem, eher fettarmem Geflügel wie Huhn, Trute usw.
- dunklem, eher fettreichem Geflügel wie Gans, Ente usw.

Wild

Unter Wild versteht man Tiere, die in freier Wildbahn leben und gejagt werden. Zunehmend stammt Wild jedoch aus Zuchtbetrieben.

Beim Wild ist zu unterscheiden zwischen:

- Haarwild wie Reh, Hirsch usw.
- Federwild wie Wachtel, Rebhuhn usw.

Fisch

Fisch gelangt unverarbeitet entweder als ganzer Fisch oder filetiert in den Handel. Es wird unterschieden zwischen:

- Meerfisch wie Sardine, Kabeljau usw.
- Süsswasserfisch wie Lachs, Forelle usw.

1.1 Fleisch- / Fischerzeugnisse

Fleisch-Erzeugnisse sind Lebensmittel, die unter Verwendung von mind. 20% Fleisch (Gewichtsprozente) hergestellt und behandelt sind und in ihrer Eigenart vom Fleischanteil bestimmt sind.

Unterscheidung nach Konsum

Fleisch-Erzeugnisse können nach der Art des Konsums wie folgt unterschieden werden:

- **Fleisch-Erzeugnis zum gekocht Essen**
Rohe Hackfleischwaren, rohe Würste, rohe Kochpökelwaren (Rollschinken)
- **Fleisch-Erzeugnis zum roh Essen**
Rohpökelwaren (z. B. Bündnerfleisch), Rohwurstwaren (z. B. Salami) etc.
- **Fleisch-Erzeugnis gekocht**
Kochpökelwaren (z. B. Rollschinken), Brühwürste (z. B. Cervelat), Kochwurstwaren (z. B. Blutwurst), Pasteten, Terrinen etc.

Unterscheidung nach Behandlung

Fleisch-Erzeugnisse können auch nach der Art der Behandlung unterschieden werden in:

- **Küchen- und pfannenfertige Artikel**
- **Tischfertige Artikel**
- **Pökelwaren**
- **Wurstwaren**
 - Brühwürste
 - Rohwürste
 - Kochwürste

Küchen- und pfannenfertige Artikel

- Cordon bleu (Abb.1)
- Spiessli (Abb.2)
- Hamburger (Abb.3)
- panierte Plätzli (Abb.4)
- etc.

Tischfertige Artikel

- Siedfleisch gekocht (Abb.1)
- Grillpoulets gegrillt (Abb.2)

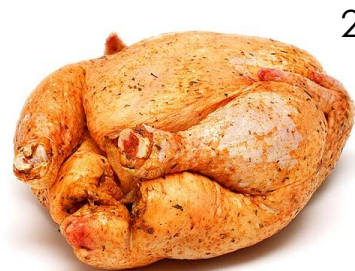
Traiteurartikel

- Fleischbackwaren (Abb.3)
- Picknickartikel
- Sulzartikel (Abb.4)
- Salate
- kalte Platten

Fleischerzeugnisse Küchen- und pfannenfertige Artikel



Fleischerzeugnisse Tischfertige Artikel



Pökelwaren

Kochpökelwaren

- Rollschinken (Abb.1)
- Schüfeli (Abb.2)
- etc.

Rohpökelwaren

- Parmaschinken (Abb.3)
- Bündnerfleisch (Abb.4)
- etc.

Wurstwaren

Brühwurst

- Cervelat (Abb.1)
- Mortadella
- Bratwurst
- etc.

Rohwurst

- Landjäger
- Salami (Abb.2)
- etc.

Kochwurst

- Blut- und Leberwurst (Abb.3)
- etc.

Fischerzeugnisse

Fisch-Erzeugnisse sind Lebensmittel, die aus Fischen oder Fischstücken durch Be- und Verarbeitung hergestellt werden. Das leicht verderbliche Fischfleisch wird durch Salzen, Räuchern, Marinieren, Trocknen, Gefrieren etc. haltbar gemacht.

Behandlung

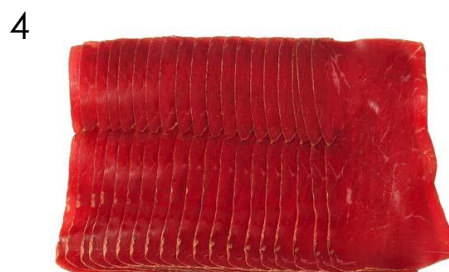
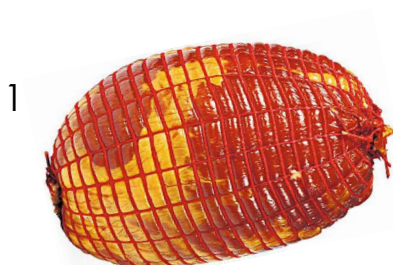
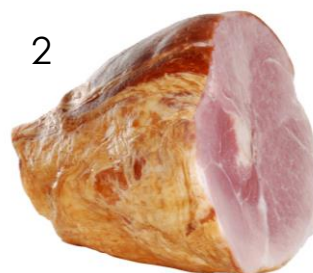
Gesalzene Fische
Räucherfisch
Marinade

Beispiele

Heringe, Sardellen
Lachs, Forelle
Rollmops



Fleischerzeugnisse Pökelware



Fleischerzeugnisse Wurstwaren



2. Gewürze / Gewürzkräuter / Würzmittel

Gewürze sind getrocknete, kräftig riechende und/oder schmeckende Pflanzenteile, die Lebensmitteln zur Erhöhung des Wohlgeschmacks beigegeben werden.

Unterteilung der Gewürze

1 Frucht- und Samengewürze

2 Blüten- und Knospengewürze

3 Blattgewürze

4 Rindengewürze

5 Wurzelgewürze

6 Knollengewürze

Gewürze	Verwendung
Chili (Abb.1)	Sauce, Fleisch- und Geflügelgerichte, Curry
Ingwer (Abb.2)	Fisch, Fleisch, Geflügel, Suppe, Sauce, Backwaren, asiatische Gerichte z.B. Bami Goreng
Muskat (Abb.3)	Blumenkohl, Kartoffelgerichte, Fondue
Paprika (Abb.4)	Fleisch, Fisch, Geflügel, Suppe, Sauce, Curry
Pfeffer (Abb.5)	Fleisch, Fisch, Geflügel, Gemüse, Salat, Suppe
Safran (Abb.6)	Fisch, Risotto, Sauce, Suppe, Backwaren
Vanille (Abb.7)	Speiseeis, Creme, Backwaren, Waffeln
Zimt (Abb.8)	Süßspeisen, Fleisch- und Currygerichte, Backwaren, Glühwein

Gewürzkräuter	Verwendung
Basilikum (Abb.1)	Italienische Küche: Salat, Pasta, Sauce (Pesto), Fleisch, Fisch
Oregano (Abb.2)	Fleisch, Tomatengerichte, Salat, Pizza, Pasta
Petersilie (Abb.3)	Salat, Suppe, Gemüse, Fisch
Rosmarin (Abb.4)	Fleischgerichte, Sauce, Suppe, Fisch (z.B. Forelle gegrillt)
Thymian (Abb.5)	Fleischgerichte, Gemüsesuppen, Pilzgerichte, Fisch (z.B. Forelle gegrillt)

Gewürze



Gewürzkräuter



Speisesalz

Handelssorten JURA-SEL und Sel des Alpes

Speisesalz mit Jod- und Fluorzusatz (Abb. 1)

Speisesalz ohne Jod- und Fluorzusatz (Abb. 2)

Tafelsalz ist besonders feinkörnig, mit Jod-, jedoch ohne Fluorzusatz, besonders geeignet für Salzstreuer (Abb. 3)

Essig

Gärungsessig ist Essig, der durch Essigsäuregärung aus alkoholhaltigen Flüssigkeiten hergestellt worden ist.

- **Obstessig /Apfelessig** (Abb.1)
- **Weinessig**
Rotwein, Weissweinessig
- **Aceto Balsamico** (Abb.2)

Senf (Abb.3)

Senf ist eine Mischung von Senfsamen mit Essig, Wein oder Wasser. Es sind verschiedene Geschmacksrichtungen erhältlich.

Mayonnaise (Abb.4)

Mayonnaise ist eine Zubereitung aus Speiseöl, Eiern und Gärungsessig. Es sind verschiedene Sorten mit unterschiedlichem Fettgehalt erhältlich.

Bouillon (Abb.5)

Bouillon ist eine Zubereitung aus Zutaten wie Hefeextrakt, Würze, Fett, Zucker, Zuckerarten, Gemüse, Gewürz, Gewürzextrakt und/oder Speisesalz.

Saucen (Abb.6)

Saucen sind in unterschiedlichen Conveniencestufen als Trockensaucen, Fertigsaucen im Tetra-Pack und Flaschen sowie als Pasten in der Tube erhältlich.

Speisesalz



1



2



3

Würzmittel



1



2



3



4



6



5

3. Öle / Fette

Öl und Fett werden aus den Früchten und Samen von Ölpflanzen, bzw. aus dem Fett von Schlachttieren gewonnen.

Handelssorten von Öle und Fetten

Oelart	Verwendung
Erdnussöl (Abb.1)	für kalte und warme Küche, ideal zum Fritieren
Olivenöl (Abb.2)	für kalte und warme Küche
Rapsöl(Abb.3)	für kalte und warme Küche
Sonnenblumenöl (Abb.4)	für kalte und warme Küche
Spezialfritieröl (Abb.5)	für Pommes frites

Fettart	Verwendung
Kokosfett (Abb.1)	zum Backen und Braten
Schweinefett (Abb.2)	zum Braten von Fleisch, zum Backen
Pflanzenfette (Abb.3)	zum Backen, Braten
Pflanzenfette mit Zusatz von Butter (Abb.4)	zum Backen, Braten
Bratbutter (Abb.5)	zum Braten, Kochen und Dünsten

Öle



1



2



3



4



5

Fette



1



2



4



3



5

4. Getreide / Hülsenfrüchte

Getreide ist der wichtigste Lieferant von Kohlenhydraten.

Getreidesorten

Sorten	Verwendung
Weichweizen (Abb.1)	z.B. Backmehl
Hartweizen	z.B. Teigwaren
Dinkel (Abb.2)	z.B. Dinkelmehl
Roggen (Abb.3)	z.B. Roggenschrot (Walliserbrot)
Gerste (Abb.4)	z.B. Rollgerste (für Suppen)
Hafer (Abb.5)	z.B. Haferflocken

Glutenfreie Sorten	Verwendung
Reis (Abb.6)	z.B. Reismehl
Mais (Abb.7)	z.B. Corn Flakes
Hirse (Abb.8)	z.B. Griess für Couscous

Getreideersatz

Für Menschen mit einer Glutenunverträglichkeit wird glutenfreier Getreideersatz angeboten.

Glutenfreie Sorten	Verwendung
Buchweizen (Abb.9)	z.B. Buchweizenmehl
Amarant (Abb.10)	z.B. Müesli-Mischungen «puffed»
Quinoa	z.B. Cerealien

Getreidesorten



Cerealien



Reis

Reis gilt als wichtigste Kulturpflanze der Erde und ist Hauptnahrungsmittel für mehr als die Hälfte der Menschheit.

Angebotsform

Halbrohreis (Abb.1)	Halbrohreis ist geschälter Rohreis.
Weissreis (Abb.2)	Weissreis ist geschliffener Halbrohreis.
Parboiled Reis (Abb.3)	Parboiled Reis wird durch ein spezielles Verfahren hergestellt.

Rundkornreis (Abb.A)

Sorten	Verwendung
Camolino (Abb.1)	z.B. Für Suppen

Mittellangkornreis (Abb.B)

Sorten	Verwendung
Ribe (Abb.2) Arborio	Für alle italienischen Reisgerichte, v.a. Risotto.

Langkornreis (Abb.C)

Sorten	Verwendung
Parfüm-Reis (Abb.3) Parboiled Rice (Abb.4)	Als Trockenreis, für Reissalate und fernöstliche Reisgerichte
S. Andrea (Abb.5) Carnaroli (Abb.6)	Für alle italienischen Reisgerichte, v. a. Risotto.

Wildreis

Wildreis hat mit dem Reis nur den Namen gemeinsam, denn es handelt sich um ein wild wachsendes Wassergras. Er wird noch heute in den USA und in Kanada grösstenteils von Hand geerntet. Meist wird Wildreis leicht geröstet, was ihm einen zarten Rauchgeschmack verleiht und ihn haltbarer macht.

Reis



1



2



3



A

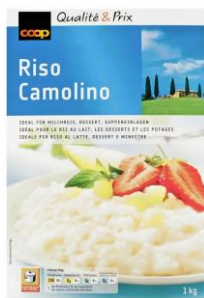


B



C

Reissorten



1



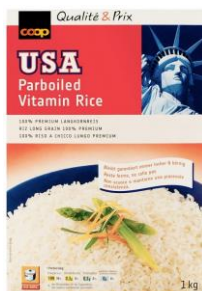
2



3



6



4



5

Hülsenfrüchte

Hülsenfrüchte sind die reifen, trockenen Samen von Erbsen, Linsen, Bohnen und Sojabohnen.

Linsen (Abb.1)

Linsen sind flache, rundliche, braune, grüne, gelbe oder rote Samen von unterschiedlicher Grösse.

Soja (Abb.2)

Soja ist die weltweit wichtigste Hülsenfrucht.

Angebotsform	Verwendung
Sojamehl	Wird den Backmehlen zugemischt
Sojamilch	Milchersatz für Menschen mit einer Laktoseintoleranz
Tofu	Tofu als Fleischersatz
Sojaöl	Speiseöl mit viel ungesättigten Fettsäuren
Sojasauce	Würzsauce für asiatische Küche
Lecitin	Wird in der Lebensmittelindustrie z.B. bei der Herstellung von Schokolade eingesetzt.

Auskernbohnen und Erbsen

- Borlottibohne (Abb.1)
- Feuerbohne
- Flageoletbohne (Abb.2)
- Weisse Bohne (Abb.3)
- Rote Indianerbohne, Kidney- oder Mexikanerbohne (Abb.4)
- Kichererbsen (Abb.5)

Hülsenfrüchte



Auskernbohnen und Erbsen



Getreideprodukte

Angebotsform	Merkmale
Ganzes Korn (Abb.1)	Gereinigt, evtl. behandelt
Graupen (Abb.2)	gerundete Körner, geschliffen grob bis fein
Puffed (Abb.3)	Unter hohem Druck 10- bis 15-fache Volumenzunahme
Flocken (Abb.4)	geschält, zerschnitten, aufgeschlossen, zerquetscht
Grütze (Abb.5)	entspelzt, geschnittene Körner
Schrot (Abb.6)	grob bis fein geschrotet (Walliserrogenbrot)
Griess (Abb.7)	grob gemahlen (Polenta, Teigwaren)
Dunst (Abb.8)	Körnung zwischen Griess und Mehl
Mehl (Abb.9)	feinpulverig (Brot und Backwaren)

5. Teigwaren

Teigwaren sind Lebensmittel, die aus Müllereiprodukten hergestellt werden. Sie dürfen Zutaten wie Eier, Milch oder Gemüse enthalten.

Zusammensetzung von Teigwaren

Gewöhnliche Teigwaren (Abb.1)

Sie enthalten ausschliesslich Hartweizengriess und Wasser.

Eier-Teigwaren (Abb.2)

Teigwaren aus Hartweizengriess und Wasser mit Zusatz von Eiern oder Eiprodukten.

Teigwaren-Spezialitäten

- Milchteigwaren
- Gemüseteigwaren (Abb.3)
- Vollkornteigwaren
- Roggen-, Sojateigwaren (Abb.4)
- Teigwaren mit Zusätzen wie Curry, Paprika, Safran ect.
- Glutenfreie Teigwaren

Getreideprodukte



1



2



3



4



5



6



7



8



9

Teigwaren



1



2



3



4

Herstellverfahren von Teigwaren

Arten	Sorten
Lange Waren	Spaghetti, lange Makkaroni
Kurze Waren	Hörnli, kurze Nudeln, Müscheli
Ausstechwaren	Krawättli, Margritli
Wickelware	Wickel, Nidi

Frischteigwaren

Frischteigwaren sind Teigwaren, die bei der Herstellung nicht getrocknet oder lediglich angetrocknet werden. Frischteigwaren sind in der Regel gefüllt.

6. Tiefkühlprodukte / Konserven

Lebensmittel, werden zur Verlängerung ihrer Haltbarkeit oder zur Erhöhung der hygienisch-mikrobiologischen Sicherheit tiefgekühlt oder als Konserven durch Sterilisierung keimfrei gemacht.

Gruppen	Tiefkühl-Sortiment	Konserven-Sortiment
Gemüse	Bohnen, Erbsen, Karotten	Bohnen, Erbsen, Karotten
Essigkonserven/ Sauerkonserven	-	Salate, Essiggemüse, Sauerkraut
Pilzkonserven	Champignons, Pilz-Mix	Champignons, Pilz-Mix
Kartoffelprodukte	Pommes frites, Rösti	Rösti, Kartoffelstock
Früchte	Aprikosen, Zwetschgen	Ananas, Pfirsiche
Fisch	Forelle, Lachs, Dorsch	Sardinen, Thon, Lachs
Krusten-Weichtiere	Crevetten, Scampi	Crevetten, Shrimps
Fleisch	Hamburger, Plätzli	Wienerli, Fleischkäse
Geflügel	Poulet, Truten, Flügel	-
Backwaren	Pizza, Chäs-Chüechli	-
Teigwaren	Knöpfli, Spätzli, Lasagne	Ravioli
Desserts	Mousse, Tiramisù	Vanillecreme

Tiefkühlprodukte



Konserven



Übungsfragen

1. Zählen Sie vier Konservengruppen auf.

.....

.....

2. Nennen Sie die Verwendungsmöglichkeit folgender Sojaprodukte.

- a) Sojamilch
- b) Sojaöl
- c) Sojasauce
- d) Sojamehl

3. Nennen Sie fünf unterschiedliche Würzmittel.

.....

.....

.....

4. Nennen Sie vier Gewürzgruppen.

.....

.....

5. Welche drei Getreidesorten enthalten kein Gluten?

- | | |
|---------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Mais | <input type="checkbox"/> Dinkel |
| <input type="checkbox"/> Weizen | <input type="checkbox"/> Hirse |
| <input type="checkbox"/> Roggen | <input type="checkbox"/> Reis |

6. Nennen Sie fünf unterschiedliche Angebotsformen von Getreideprodukten.

.....

.....

.....

7. Welche zwei Aussagen treffen zu?

- ☐ Gewöhnliche Teigwaren nennt man TIPO NAPOLI
- ☐ Eierteigwaren enthalten Mehl und Eier
- ☐ Vollkornteigwaren sind eine Teigwaren-Spezialität
- ☐ Rahmteigwaren haben eine gelbe Farbe

8. Nennen Sie vier unterschiedliche Ölsorten.

.....

.....

9. Welche der folgenden Produkte gehören zur Gruppe der tischfertigen Artikel?

- ☐ Siedfleischsalat
- ☐ Spiessli
- ☐ Sulzartikel
- ☐ Grillpoulets

10. Nennen Sie vier unterschiedliche Fleischarten.

.....

.....

11. Welche zwei Aussagen treffen zu?

- ☐ Fleischerzeugnisse müssen mind. 30% Fleisch enthalten
- ☐ Fleischerzeugnisse sind geschnittene Fleischstücke
- ☐ Fleischerzeugnisse müssen mind. 20% Fleisch enthalten
- ☐ Fleisch muss den Hinweis auf die Tierart von der das Fleisch stammt tragen

12. Geflügel wird in welche beiden Gruppen unterteilt?

- a)
- b)

13. Zählen Sie zwei Beispiele von Wild auf.

.....

.....

14. In welche zwei Gruppen werden Fische eingeteilt?

- a)
- b)

15. Nennen Sie fünf unterschiedliche Gewürzkräuter.

.....

.....

.....

Lösungen

1. Zählen Sie vier Konservengruppen auf.

Gemüsekonserven **Fischkonserven**
Früchtekonserven **Fleischkonserven**

2. Nennen Sie die Verwendungsmöglichkeit folgender Sojaprodukte.

a) *Sojamilch* **Milchersatz für Menschen mit einer Laktoseintoleranz**
b) *Sojaöl* **Verwendung als Speiseöl**
c) *Sojasauce* **Würzsauce für die asiatische Küche**
d) *Sojamehl* **Kann Spezialmehlen zugemischt werden**

3. Nennen Sie fünf unterschiedliche Würzmittel.

Essig **Bouillon**
Senf **Saucen**
Mayonnaise

4. Nennen Sie vier Gewürzgruppen.

Frucht- und Samengewürze **Rindengewürze**
Blattgewürze **Wurzelgewürze**

5. Welche drei Getreidesorten enthalten kein Gluten?

☒ Mais ☐ Dinkel
☐ Weizen ☒ Hirse
☐ Roggen ☒ Reis

6. Nennen Sie fünf unterschiedliche Angebotsformen von Getreideprodukten.

Graupen **Griess**
Flocken **Mehl**
Schrot

7. Welche zwei Aussagen treffen zu?

☒ Gewöhnliche Teigwaren nennt man TIPO NAPOLI
☐ Eierteigwaren enthalten Mehl und Eier
☒ Vollkornteigwaren sind eine Teigwaren-Spezialität
☐ Rahmteigwaren haben eine gelbe Farbe

8. Nennen Sie vier unterschiedliche Ölsorten.

Erdnussöl

Rapsöl

Olivenöl

Sonnenblumenöl

9. Welche der folgenden Produkte gehören zur Gruppe der fischfertigen Artikel?

☒ Siedfleischsalat

☐ Spiessli

☒ Sulzartikel

☒ Grillpoulets

10. Nennen Sie vier unterschiedliche Fleischarten.

Rindfleisch

Schweinefleisch

Kalbfleisch

Lammfleisch

11. Welche zwei Aussagen treffen zu?

☐ Fleischerzeugnisse müssen mind. 30% Fleisch enthalten

☐ Fleischerzeugnisse sind geschnittene Fleischstücke

☒ Fleischerzeugnisse müssen mind. 20% Fleisch enthalten

☒ Fleisch muss den Hinweis auf die Tierart von der das Fleisch stammt tragen

12. Geflügel wird in welche beiden Gruppen unterteilt?

a) **helles Geflügel:**

b) **dunkles Geflügel**

13. Zählen Sie zwei Beispiele von Wild auf.

Haarwild wie Reh, Hirsch

Federwild wie Wachtel, Rebhuhn

14. In welche zwei Gruppen werden Fische eingeteilt?

a) **Meerfisch**

b) **Süßwasserfisch**

15. Nennen Sie fünf unterschiedliche Gewürzkräuter.

Basilikum

Rosmarin

Oregano

Thymian

Petersilie