



## Waren lagern: Einfrieren und Auftauen

**Ergänzen Sie folgende Verben und achten Sie dabei auf die richtige Form des Verbs:**

1. vorbereiten, schockgefrieren, ausbreiten, vorfrieren, verpacken, blanchieren, salzen, verwenden, zuckern

### Richtig einfrieren<sup>1</sup>

- Die Lebensmittel \_\_\_\_\_; nur frische Lebensmittel mit guten Gefriereigenschaften \_\_\_\_\_. Salate, Gurken, Radieschen, Weintrauben und einige Milchprodukte sind ungeeignet.
- Bestimmte Lebensmittel vor dem Einfrieren \_\_\_\_\_ (Spinat, Bohnen, Brokkoli, Blumenkohl). Durch das Blanchieren bleiben Vitamine, Nährstoffe, Farbe, Aussehen und während des Lagerungsprozesses erhalten.
- Zubereitete Lebensmittel vor dem Einfrieren nicht \_\_\_\_\_ und \_\_\_\_\_. Beides senkt den Gefrierpunkt und mindert die Produktqualität.
- Lebensmittel vorschriftsmäßig und flach \_\_\_\_\_, um Gefrierbrand zu verhindern und ein rasches Durchgefrieren und Auftauen zu ermöglichen.
- Lebensmittel, die später einzeln entnommen werden sollen (z. B. Beerenobst, Brot, Kuchenstücke), müssen zuvor auf einem Blech \_\_\_\_\_ und \_\_\_\_\_ werden.
- Lebensmittel rasch \_\_\_\_\_. Je nach Menge des Einfriergutes den Tiefkühlschrank schon einige Stunden vorher auf die entsprechende Einstellung programmieren.

<sup>1</sup> Schwetje, Doris et. al.: Lernfelder Hauswirtschaft. Köln 2014.



**Ergänzen Sie folgende Verben und achten Sie dabei auf die richtige Form des Verbs:**

2. auftauen, legen, entnehmen, abdecken, auftauen, entsorgen

**Richtig auftauen<sup>1</sup>**

- Lebensmittel möglichst langsam (über Nacht) im Kühlschrank oder Kühlhaus \_\_\_\_\_ lassen. Die Vermehrung von Mikroorganismen wird dadurch gehemmt.
- Lebensmittel (besonders Fleisch und Geflügel) zuvor aus der Verpackung \_\_\_\_\_, in eine Edelstahlschüssel mit Siebeinsatz \_\_\_\_\_ und zusätzlich \_\_\_\_\_. Das Lebensmittel darf aus hygienischen Gründen nicht in der Auftauflüssigkeit liegen.
- Auftauflüssigkeit direkt im Abfluss \_\_\_\_\_. Bei Obst und Gemüse kann die Auftauflüssigkeit jedoch mitverwendet werden.
- Backwaren ohne Cremefüllung und portionierte Brotwaren können bei milder Temperatur im Backofen oder in der Mikrowelle \_\_\_\_\_ werden.

MUSTER

