

L

Lehrgang: Gemüse richtig verarbeiten

Karotten



53.1 Karotten mit dem Sparschäler schälen



53.2 Verschiedene Schnittformen: Scheiben, Würfel, Stifte

Die Karotten mit der Gemüsebürste reinigen, mit dem Sparschäler schälen und in die gewünschte Form schneiden, hobeln oder raspeln.

Paprika



53.3 Halbierete Paprika, Kerne entfernen



53.4 Paprika in Streifen schneiden

Die gewaschene Paprika längs halbieren, den Stielansatz, Kerne und weiße Innenstränge herausschneiden. Danach in Streifen oder Würfel schneiden. Zum Füllen nur den Deckel abschneiden, Kerne und weiße Trennwände entfernen.

Lauch



53.5 Zur Hälfte aufgeschnittler Lauch unter fließendem Wasser waschen



53.6 Streifen und Ringe schneiden

Den Wurzelansatz und dunkelgrüne Blattspitzen abschneiden und die äußere Blattschicht abziehen. Lauch ab der Mitte der Länge nach aufschlitzen und gründlich unter fließendem Wasser waschen. In die gewünschte Form schneiden.

Zucchini



53.7 Zucchini in Formen schneiden



53.8 Zucchini aushöhlen

Gewaschene Zucchini in die gewünschte Form schneiden, hobeln oder raspeln. Zum Aushöhlen wird die Zucchini halbiert, das Fruchtfleisch wird mit dem Löffel ausgehöhlt.

So schneide ich sicher

Ein nicht zu kleines, scharfes Messer benutzen. Auf einem ausreichend großen Brett schneiden.

Vorsicht: Das Gemüse oder Obst darf beim Schneiden nicht wegrutschen. Deshalb flach auf das Brett legen und eventuell halbieren. Mit dem Krallengriff kann man das Gemüse sicher halten und Verletzungen vermeiden.



53.9 Krallengriff