

Ayurvedisches Ghee zum Braten

14.05.2008, 15:57 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *BEN BOR SARL*



Butterschmalz (Ghee)

Selbstgemachtes Butterschmalz ist bekömmlich

Wird Butterschmalz im Siedeverfahren hergestellt, findet es sogar als Heilmittel Verwendung. In der Küche macht es gebratenes Fleisch und gebackenen Fisch besonders knusprig und schmackhaft. Es empfiehlt sich, das Butterschmalz selbst herzustellen, da in den meisten Ländern aus Subventionsgründen dem industriell gefertigten Schmalz Zusatzstoffe beigegeben werden müssen, damit es nicht mehr in den weniger subventionierten Butter zurückgeführt werden kann. Ein Kilogramm Butter wird in einer gut wärmeleitenden Pfanne (am besten in einer Sossenspfanne aus Edelstahl oder Kupfer/Edelstahlpfanne) geschmolzen und danach während 20 Minuten zum Sieden gebracht. Dabei darf die Temperatur von 110 Grad Celsius keinesfalls überschritten werden! Bei diesem Vorgang verdunstet das Wasser (ca. 12,5% Gewichtsanteil) und das Eiweiss und der Milchzucker werden ausgeschieden. Dieser schaumige Überzug wird mit einem flachen Löffel solange vorsichtig abgeschöpft, bis eine glasklare, goldgelbe Flüssigkeit übrig bleibt. Sie darf nicht gerührt werden, da sich am Grund der Pfanne gleichzeitig sogenannte „Schlacke“ bildet. Nun wird die Hitzequelle abgeschaltet und nach weiteren 20 Minuten kann das Ghee (von Hindi: ghi) langsam in ein Gefäss mit verschliessbarem Deckel gegossen werden. Damit dieses spezielle Butterschmalz nicht mit Schlacke verunreinigt wird, sollte es zuvor ein feines Teesieb oder Küchenkrepp durchlaufen. Aus 1000 Gramm Qualitätsbutter gewinnt man ca. 700 g Ghee – es ist bei kühler und trockener Lagerung fast unbegrenzt haltbar. Sorgfältig hergestelltes Butterschmalz ist praktisch geruchsfrei und fast unbegrenzt haltbar. Nur wenn beim Sieden das Milcheiweiss überhitzt wird, entsteht ein ranziger Geruch. Dies kann unbeabsichtigt an den Innenwänden von ungeeigneten Pfannen geschehen. Aus diesem Grund ist es wichtig, zum Sieden von Butter hochwertiges Kochgeschirr zu verwenden.

Geeignete Saucieren aus Edelstahl AFFINITY und Kupfer-Edelstahlpfannen INOCUIVRE sind im Küchenshop www.mastercuisine.com erhältlich.

Rezeptvorschläge zum Braten mit Butterschmalz findet der Geniesser bei www.kochmeister.com und www.kochbu.ch .

Portrait

Der dreisprachige Internetshop MasterCuisine ist eine Unternehmung der BEN BOR SARL in den französischen Vogesen. Seit 2000 beliefert MasterCuisine online und weltweit ambitionierte Hobbyköche sowie Profis mit den Erzeugnissen etablierter Hersteller.

News-ID: 211113 • Views: 2944 (Stand: 06.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/211113/Ayurvedisches-Ghee-zum-Braten.html>