

# Milchprodukte und Ei



Utbildning och kultur

Internationella  
PROGRAMKONTORET 

# Milch



- Milch ist eines der wichtigsten Grundnahrungsmittel. Es enthält 18 der 22 wichtigsten Nährstoffe, die Menschen täglich benötigen. Milch wird in der Küche zumeist in Desserts und für das Backen verwendet. Der Großteil ist Kuhmilch. Milch dient als Getränk besonders in Tee und Kaffee. Sie kommt mit unterschiedlichen Fettgehalt vor: Vollmilch ( $\approx 4\%$ ), Halbfettmilch ( $\approx 2\%$ ) and Magermilch ( $\approx 0.1\%$ )

# Sahne



- Sahne entsteht aus Kuhmilch, besetzt aber weniger Wasser und mehr Fett. Sahne wird als Zutat in vielen Gerichten verwendet und als Schlagsahne. Sahne gibt der Soßen ihre Farbe und Cremigkeit. Es gibt neben der süßen Sahne noch Sauercrème und Crémefraîche.



# Joghurt



- Joghurt består av  
Milchkulturen och är  
sehr nährstoffreich. Joghurt  
hat unterschiedliche  
Fett- und Milchanteil.  
Im Gegensatz zu Milch  
wird Joghurt oft  
aromatisiert-  
hauptsächlich mit  
Fruchtaromen. Beim  
Kochen wird Joghurt zu  
kalten Soßen gegeben.



# Butter

- Butter ist ein Milchprodukt, das vor allem für das Kochen dient. Butter ist eine Grundzutat in vielen Rezepten. Beim Gemüseanbraten schützt es vor dem Anbrennen. Butter ist in vielen Kulturen zudem ein Brotaufstrich.



# Käse

- Käse ist ein weitverbreitetes Milchprodukt weltweit. Es wird in der Soße, in Dressings, auf dem Brot oder für andere Kochzwecke genutzt. Käse wird häufig ohne jegliche Verarbeitung oder weitere Zutaten verspeist. Käse wird haltbar gemacht und eingelagert und je nach Abstammungsort verspeist. Der jeweilige Gärungsprozess bestimmt die Klassifizierung von Käse.



# Harter & Halb-harter Käse



- Diese Käsesorten können je nach Härtegrad geschnitten oder gerieben werden. Sie können auf zahlreiche Art und Weise verarbeitet und gegessen werden.



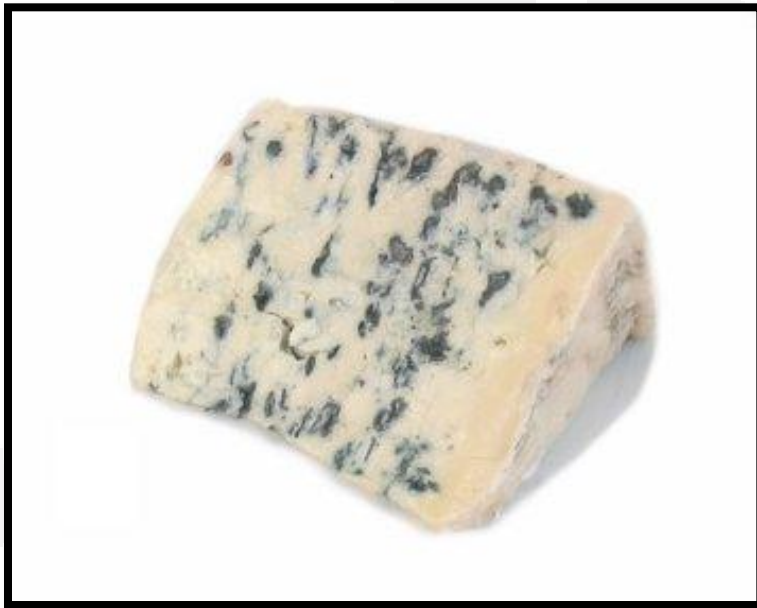
# Weichkäse

- Weichkäse kann sehr unterschiedliche Konsistenzen und Aromen enthalten. Er wird oft geschnitten und als Snack neben einem Drink serviert.





# Blauschimmelkäse



- **Blauschimmelkäse** ist Schimmelkäse, bei dessen Herstellung blau-grünlich erscheinende Edelschimmelpilze. Der Käse kann einfach so gegessen oder geschmolzen sowie über Essen gestreut werden.



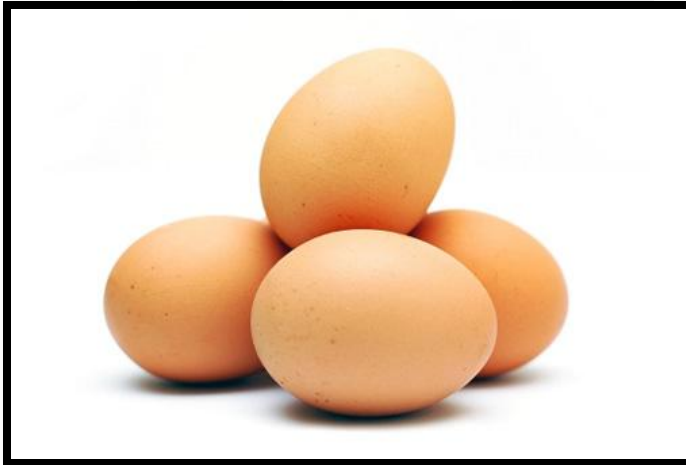
# Frischkäse



- Dieser Käse wird je nach Region unterschiedlich gereicht: als Feta, Hüttenkäse oder Sahnefrischkäse. Er ist nicht lange haltbar, da er kaum Konservierungsmittel enthält.



# Eier



- Eier sind Grundnahrungsmittel aufgrund ihres hohen Proteingehalts. Eier bestehen aus Eigelb und Eiweiß. Man schält das Ei nach dem es gekocht wurde oder brät. Es dient auch zum Backen.



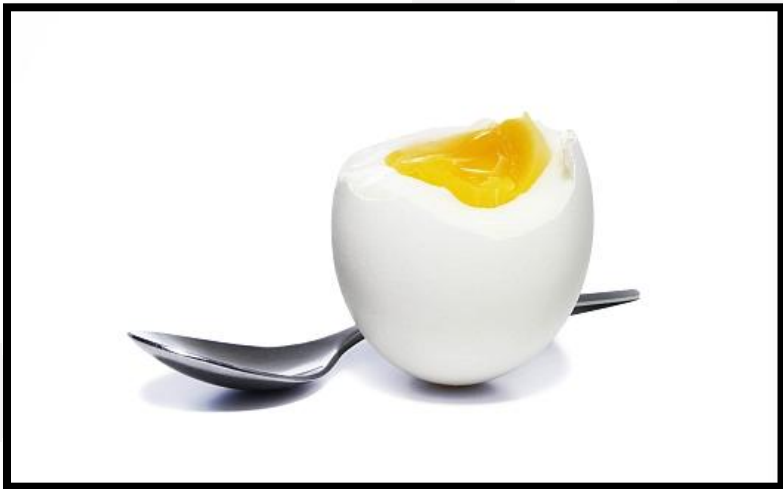
# Spiegelei

- Spiegeleier passen zu vielen Gerichten und können mit flüssigen oder festem Eigelb serviert werden.



# Das gekochte Ei

- Gekochte Eier sind fester Bestandteil des Frühstücks in vielen Ländern. Eier werden je nach Vorliebe hart oder weich gekocht.



# Rührei

- Eier werden oft zu Rührei verarbeitet. Eigelb und Eiweiß werden mit einem Schneebesen vermischt und dann angebraten.



Pictures in the presentation are taken from the public domain via the Internet. The presentations are used for non-profit educational purposes.



Utbildning och kultur

Internationella  
PROGRAMKONTORET 