



Oberstufe/Hauswirtschaft

Name:

Rahm



Rahm: feines Fett der Milch

Rahm gibt es in unzähligen Varianten. Jede Rahmsorte wird in der Küche anders verwendet. Die eine lässt sich gut schlagen, andere Sorten sind Spezialisten für Saucen, Suppen oder Kaffee. Entscheidend für die Bezeichnung und die Verwendung der jeweiligen Rahmsorte ist der Fettanteil. Hier ein Überblick:

Voll- und Halbrahm

Flüssig ist er ideal für Saucen, zu Beeren oder zum Backen. Als Schlagrahm wird er für Garnituren oder als Zutat für Crèmes, Mousses, Terrinen, Saucen und Suppen verwendet. Vollrahm ist kochfest und bedingt säurebeständig. Halbrahm ist hitze- und säureempfindlich.

Sauerrahm und saurer Halbrahm (auch bekannt als Crème fraîche)

Sie eignen sich zum Verfeinern von Saucen und Suppen, als Zutat für Dips, zu geschwellten Kartoffeln, für Gratins, Wähen, Desserts und Müesli, zu Früchten und Beeren. Sauerrahm und saurer Halbrahm sind kochfest und säurebeständig, jedoch nicht schlagbar.

Saucenrahm und Saucenhalbrahm

Sie sind ideal für Saucen, Suppen, Gratins und Aufläufe oder als Zutat für den Wähenguss. Saucenrahm und Saucenhalbrahm sind kochfest und säurebeständig.

Doppelrahm und Mascarpone

Doppelrahm ist ideal für Saucen, Suppen, Farcen, Desserts, zu Beeren und Früchten. Er wird als Ersatz für Schlagrahm verwendet. Er ist kochfest und säurebeständig, jedoch nicht schlagbar. Zudem hat er eine gute Bindungsfähigkeit und macht Mehl oder Stärke überflüssig. Mascarpone passt zu kalten und warmen Gerichten. Wegen des süsslichen Geschmacks eignet er sich besonders gut für Süssspeisen wie Tiramisu oder Torten.

Kaffeerahm

Ein Kaffee crème ist ein wahrer Genuss. Dafür wurde ein spezieller Rahm entwickelt. Er ist hitze- und säureempfindlich und nicht schlagbar. Daher ist Kaffeerahm nicht zum Kochen geeignet.

Hinweis

Nährwertangaben pro 100 g Rahm

Die Lebensmittelverordnung schreibt folgende Fettanteile vor:

- Doppelrahm: mindestens 45 g Fett
- Vollrahm: mindestens 35 g Fett
- Halbrahm: mindestens 15 g Fett



Oberstufe/Hauswirtschaft

Name:

Rahm

Aufgabe 1

Welche Rahmsorte ist für welches Gericht geeignet? Kreuze an.
Es sind mehrere Antworten möglich.



Schokolademousse

- Halbrahm
- Sauerrahm
- Vollrahm



Tomatencrèmesuppe

- Saucenrahm
- Halbrahm
- Doppelrahm



Gemüsewähe

- Doppelrahm
- Saucenrahm
- Sauerrahm



Tiramisu

- Kaffeerahm
- Vollrahm
- Mascarpone



Rüebli terrine

- Vollrahm
- Sauerrahm
- Doppelrahm



Oberstufe/Hauswirtschaft

Name:

swissmilk

Rahm

Aufgabe 2

Suche auf folgender Seite für jede Rahmsorte je zwei Rezepte:

www.swissmilk.ch/rezepte

Voll- und Halbrahm

Rezept 1: _____

Rezept 2: _____

Sauerrahm und saurer Halbrahm

Rezept 1: _____

Rezept 2: _____

Saucenrahm und Saucenhalbrahm

Rezept 1: _____

Rezept 2: _____

Doppelrahm und Mascarpone

Rezept 1: _____

Rezept 2: _____



Lösung

Rahm

Aufgabe 1

Schokolademousse



- Halbrahm
- Sauerrahm
- Vollrahm

Tomatencrèmesuppe



- Saucenrahm
- Halbrahm
- Doppelrahm

Gemüsewähe



- Doppelrahm
- Saucenrahm
- Sauerrahm

Tiramisu



- Kaffeerahm
- Vollrahm
- Mascarpone

Rübliterrine



- Vollrahm
- Sauerrahm
- Doppelrahm