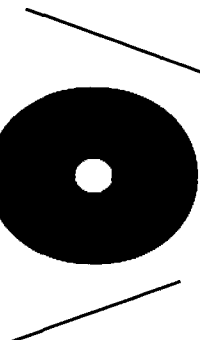


Josh Flatow
Vivi D'Angelo



GOLDENE ZEITEN

**Das
Frittierbuch**

atVERLAG

INHALT

Vorwort 6 | Okay, aber jetzt im Ernst: Vorwort 9

EINFÜHRUNG

Frittieren: eine Technik, so alt wie die Menschheit (vielleicht) 10 | **Warum ist Frittieren so köstlich?** Ein Gastbeitrag des Molekularbiologen Dr. Michael Podvinec 15

KÜCHENTHEORIE

Equipment 21 | Frittieren mit Fritteuse 21 | Frittieren mit Topf 22 | Filtern 22 |
Damit auch keiner heult: Frittieren in Sicherheit 25 | **Kleine Fettkunde** 29 | Raffinierte und unraffinierte Öle 29 | Tierische Fette 30 | Verschiedene Fette mischen 30 |
Welches Fett für welches Rezept? 30 | Rauchpunktabelle 33 | **Panieren und Frittieren** 35 |
Vorbereiten des Frittierguts: vier Möglichkeiten 35 | Naturbelassen frittieren 35 | Trockener »Dredge« 37 | Panade 37 | Nasser Teig 41 | Anmerkungen zu Mehlen, Stärken & Co. 41 |
Frittiertemperaturen 42 | Beschickung der Fritteuse 42 | Leben am Limit, aber nicht zu hart: überschüssiges Fett minimieren 42 | **Umgang mit Fett** 45 | Woher weiß ich, dass ich mein Fett entsorgen muss? 46 | Wohin mit dem Altfett? 47

REZEPTE

KLEIN

51

GROSS

127

süß

167