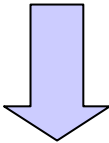


Rösten (180°-250 °C)



Unter **Rösten** versteht man etwas so stark zu erhitzen bis es rundum braun ist. Geröstet wird in der Regel ohne oder mit sehr wenig Fremdfettstoffzugabe.



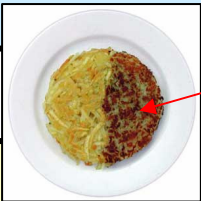
Gerichte:
Knochen und Mirepoix für braune Fonds, Toasts, Mehl, Kastanien, Haselnüsse, Kerne und Kaffeebohnen



Wie?
Gargut bei entsprechender Hitze langsam braun rösten bis sich die gewünschte Farbe und der gewünschte Geschmack gebildet hat.

Nicht zu dunkel rösten!!!

Beispiel einer unerwünschten Maillard-Reaktion ist die bei großer Hitze stattfindende Synthese der Aminosäure Asparagin (aus Kartoffel- und Getreideprodukten) mit Zuckermolekülen zu dem karzinogenen **Acrylamid**. Unerwünschte Maillard-Reaktionen führen zu zahlreichen weiteren, potentiell mutagen oder/und karzinogen wirkenden Verbindungen. Die Zusammenhänge sind teilweise noch zu klären.



Warum?

***Maillard-Reaktion** (benannt nach Louis-Camille Maillard, Arzt): Durch die Maillard-Reaktion bekommen die Speisen, bei einer Temperatur von **140 °C**, die richtige Würze und eine Kruste. Bei hohen Temperaturen reagieren die Zuckermoleküle und Aminosäuren miteinander und es bildet sich Geschmacksmoleküle. Diese Moleküle können unterschiedliche Ausprägungen besitzen - dadurch entstehen unterschiedliche Geschmacksstoffe. Die Reaktionen sind sehr komplex und viele Details hat man bis heute noch nicht verstanden. Die Kruste entsteht dadurch, dass das Wasser auf der Oberfläche verdampft - aufgrund der hohen Temperatur (Wasser verdampft bei Temperaturen höher als 100 °C). Die Kruste entsteht nicht durch das Schließen von Poren - **diese Poren gibt es nicht !**