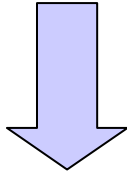




**Braten in der Pfanne,  
Kurzzeitbraten /  
Sautieren**  
180°-220 °C



**Sautieren** ist rasches Braten in wenig Fett. Grössere Stücke (Schnitzel oder Steak) werden gewendet. Kleingeschnittenes (Geschnetzeltes) wird in heißen Fett schwingend angebraten.



**Gerichte:**  
Sautieren: Portionsstücke wie Schnitzel, Steaks, Filets von zartem Fleisch, Wild, Innereien und Fische, Fleischpflanzeln (faschierte Leibchen, Boulette), Gemüse – Tomaten, Auberginen, vorgekochte Kartoffeln

**Klassisches Sautieren**

**Schwingend-rösten**

**Arbeitsschritt 1**  
Gargut im erhitzten Fettstoff anbraten, Bratgut darin bewegen und wenden.

**Arbeitsschritt 2**  
Bratgut herausnehmen und in Bratensatz deglacieren, evtl. binden.

**Arbeitsschritt 1**  
Gargut in wenig heißen Fett schwingend anbraten.

**Arbeitsschritt 2**  
Bratgut herausnehmen, deglacieren und die Brattemperatur senken (**80°-100 °C**). Gargut in Sauce nur ziehen lassen.  
**Darf nicht kochen!**



**Warum?**  
Die Braunfärbung an der Oberfläche ist ein Zeichen das sich die erwünschten Röstbitter gebildet haben. (Maillard-Effekt)\*  
Der Bratensatz wird benötigt um die entsprechende braune Sauce aufzubauen.