

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **NEFF Elektro-Kochbuch**

**Neff-Werke <Bretten, Baden>**

**Bretten, [ca. 1960]**

Das Braten im Thermostatbackofen

**urn:nbn:de:bsz:31-106104**

die gute Isolierung des Backofens wird die Temperatur einige Zeit auf der gleichen Höhe gehalten. Sobald der Backofen etwas abkühlt, z. B. beim Öffnen der Backofentür, schaltet der Thermostat den Strom wieder ein. Es wird jedoch stets die eingestellte Temperatur gehalten. Eine Veränderung der Thermostateinstellung ist nur in Ausnahmefällen erforderlich, z. B. beim Backen von Dresdener Stollen oder Brot. In beiden Fällen wird der Backofen mit einer hohen Temperatur vorgeheizt und nach Einschieben des Backgutes auf eine niedrigere Temperatur gedreht. Bei allen übrigen Back- und Bratvorgängen bleibt der Backofenknebel von Anfang bis Ende auf der gleichen Stellung stehen. (Ein besonderes Verfahren besteht beim Sterilisieren, vgl. Seite 18.)

#### b) Einstellung der Unterhitze

Der Backofenknebel wird auf „U“  gestellt, wenn der Backofen nur mit Unterhitze beheizt werden soll (z. B. beim Dünsten von Fisch im Backofen oder beim Sterilisieren). Bei dieser Art der Beheizung spricht der Thermostat nicht an.

#### c) Einstellung der Oberhitze

Oberhitze wird vorwiegend dann benötigt, wenn im Herd kein Grill eingebaut ist. Sie wird zum Überkrusten von Gerichten und Vorspeisen und zum Backen von Baumkuchentorten benötigt. Der Backofenknebel wird auf „O“  gestellt. Der Thermostat fungiert als Überhitzungsschutz und schaltet den Strom dann ab, wenn 300° C im Backofen erreicht sind.

#### d) Einstellung des Grills

Der eingebaute oder eingesteckte Grill kann gebraucht werden, sobald der Backofenschalter auf  eingestellt ist und der Grill rot glüht. Ein mitgeliefertes Blech wird zwischen Grill und Backofendecke eingeschoben, damit die Backofendecke nicht verschmutzt. Die Tür bleibt während des Vorheizens und des Grillens geöffnet. Weitere Hinweise gehen aus der Grillfibel hervor.

Kleine Fleischstücke können in einem flachen Topf auf der Platte gebraten werden. Braten mit einem Gewicht über 750 g werden zweckmäßig im Backofen zubereitet. Sie behalten in der gleichmäßigen Wärme ein gutes Aussehen, schrumpfen nicht zusammen und nehmen die gewünschte Bräune an. **Fettes Fleisch und Geflügel** werden auf den Rost , der unmittelbar auf der Fettpfanne liegt, gegeben. In die Fettpfanne wird je nach Größe des Bratens  $\frac{1}{8}$ – $\frac{1}{4}$  Liter Wasser geschüttet.

### Das Braten im Thermostatbackofen

**Mageres Fleisch und Hackbraten** kommen direkt in die Fettpfanne, sie wird vorher nur mit kaltem Wasser ausgespült. Das Fleisch wird mit Fett bestrichen oder mit Speckstreifen belegt. Das gleiche gilt für mageres Geflügel und Wild. – Das Fleisch wird vor dem Braten gesalzen, Geflügel nur von innen.

Die Thermostateinstellung wird bei hohen Braten niedrig gewählt, damit das Fleisch langsam durchbrät und erst zum Schluß bräunt. Flache Braten mit kurzer Bratdauer vertragen eine höhere Temperatur.

Große hohe Braten und Gänse, Puter, Enten usw.	Mittelgroße, niedere Braten und Hühner	Kleine, flache Braten und Brathähnchen
Lange Bratzeit, niedere Temperatur, ca. 200° C	Mittlere Bratzeit, mittlere Temperatur, ca. 225° C	Kurze Bratzeit, hohe Temperatur, ca. 250° C

**Die Braten werden stets so hoch es geht in den vorgeheizten Backofen geschoben.** (Achtung: zwischen rohen Braten und Backofendecke müssen 3–4 cm Abstand sein, da das Fleisch während des Bratens „aufgeht“.)

Als Bratzeit gilt je Zentimeter Fleischhöhe:

- bei Braten ohne Knochen ca. 10 Minuten,
- bei Braten mit Knochen ca. 13 Minuten.

Soll der Braten einen rosa Kern behalten (engl. Braten), genügen 8 Minuten Bratzeit pro 1 cm Fleischhöhe. Das früher übliche Begießen ist nicht nötig, da das Fleisch nicht austrocknet. Ebenso werden nur hohe Braten gewendet. Geflügel wird kurz vor dem Herausnehmen mit kaltem Salzwasser bepinselt, damit die Haut knusprig wird.

Soßenzutaten wie Zwiebeln, Wurzelwerk oder Tomaten werden bei Braten mit kurzer Bratdauer grob geschnitten gleich mit in die Fettpfanne gegeben. Bei Braten mit langer Bratzeit wird Wurzelwerk erst später dazugetan.

Wenn der Fond stark bräunt, wird heißes Wasser zugeführt. Saure Sahne wird erst nach der halben Garzeit zugegeben. Die Soße wird aus dem Fond, der sich in der Pfanne bildet, zubereitet. Der Satz wird mit heißem Wasser abgelöst und in einem Topf auf der Kochplatte aufgekocht, angedickt, pikant abgeschmeckt und wenn nötig durch ein Sieb gegossen.