

Regelmäßig Hände waschen, Fingernägel kurz und sauber halten, Ringe ablegen, saubere Kleidung tragen, bei Schnittverletzungen wasserdichte Pflaster verwenden. Außerdem sollten alle Arbeitsgeräte sauber und technisch einwandfrei sein. Wenn Sie dann noch diese Hinweise beachten, ist alles perfekt:

- Lebensmittel richtig lagern und auftauen
- Zerkratzte Brettchen austauschen
- Kühlschrank regelmäßig säubern und auf die richtige Temperatur achten (um 6 °C)
- Spüllappen, Spülbürste und Geschirrtücher regelmäßig wechseln
- Arbeitsplatz bzw. Küche regelmäßig reinigen und Abfälle häufig entsorgen



FINGERSPITZENGEFÜHL GEFRAGT:

Oft sind es kleine Mengen Kräuter oder Gewürze, die einem Teig eine besondere Note verleihen. Das bedeuten die üblichen Mengenangaben bei Backrezepten:
1 Prise passt zwischen Daumen und Zeigefinger

1 Msp. (Messerspitze) geht genau auf die Spitze eines Messers

1 gestr. (gestrichener) TL / EL ist die Menge, die auf einen Tee- oder Esslöffel mit einem Messerrücken glatt gestrichen passt

1 geh. (gehäufter) TL / EL geht maximal auf einen Tee- oder Esslöffel

ABKÜRZUNGEN

EL Esslöffel

TL Teelöffel

Msp. Messerspitze

Pck. Packung/Päckchen

g Gramm

kg Kilogramm

ml Milliliter

l Liter

Min.	Minute
Std.	Stunde
evtl.	eventuell
geh.	gehäuft
gem.	gemahlen
ger.	gerieben
gestr.	gestrichen
TK	Tiefkühlprodukt
°C	Grad Celsius
∅	Durchmesser
cm	Zentimeter
E	Eiweiß
F	Fett
Kh	Kohlenhydrate
kcal	Kilokalorien

OHNE MEHL GEHT GAR NICHTS

GETREIDE FÜR GUTES GELINGEN

Die wichtigsten Getreidearten in der Brot- und Brötchenbäckerei sind bei uns Weizen, Dinkel und Roggen. Besonders gut lassen sich Weizen- und Dinkelmehle verbacken, da sie viel Klebereiweiß (auch als Gluten bekannt) enthalten und damit jedem Teig Stabilität verleihen. Auch Roggen enthält Gluten, ist aber ein wenig anspruchsvoller in der Teigzubereitung und braucht mehr Triebmittel.