

Küchen irrtümer

Texte: Ludger Fischer
Illustrationen: Riikka Laakso



Fischstäbchen werden aus Fischabfällen zusammengepresst

Kinder haben von gutem Essen angeblich keine Ahnung. Ihr Geschmacksempfinden sei, so wird immer wieder behauptet, nicht richtig entwickelt. Daher komme ihre Vorliebe für Pommes mit Ketchup und Fischstäbchen. Seltsam ist bloß, dass sie mit dieser Wahl drei der schmackhaftesten und höchstentwickelten Lebensmittel kombinieren. Die kleinen Gourmets sind aber so raffiniert, dass sie ihre Eltern glauben lassen, es handele sich um etwas ganz Primitives. Das Gegenteil ist der Fall: Fischstäbchen, das wird viele verwundern, werden aus Fischfilets gemacht. Die feinsten Stücke von Kabeljau und Dorsch, Seelachs und Seehecht sind für die künstlich wirkenden goldenen Barren gerade gut genug. In den ersten Jahren nach der Erfindung der Fischstäbchen 1959 wurde sogar Heringfilet verwendet. Überfischung beim Kabeljau, für den 1994 von der EU eine

Fangquote festgelegt wurde, haben die drei anderen Fischarten zur bevorzugten Grundmasse für Fischstäbchen werden lassen. Den Hauptverzehrern von Fischstäbchen ist das egal. Kinder essen ohnehin die Panade lieber als den darin enthaltenen Fisch. Einen Fisch, der auch noch wie ein Fisch aussieht, braucht man ihnen normalerweise gar nicht erst aufzutischen. Kinder essen Fischstäbchen vor allem deshalb so gerne, weil sie nicht nach Fisch aussehen und weil sie auch fast gar nicht nach Fisch schmecken. Fischstäbchen kommen immer frisch aus der Tiefkühltruhe und können keinen starken Fischgeruch entwickeln. Die Erinnerung an ein Lebewesen ist denkbar weit verdrängt. Eine versehentlich verbliebene feine Gräte kann bei Kindern schon zum Abbruch des ganzen Essens führen. Hersteller von Fischstäbchen wissen das, weil sie auf die Bedürf-

nisse ihrer Kunden eingehen müssen. Außerdem hat die Vorliebe der meist sehr jungen Endverbraucher den Vorteil, dass sich Fischstäbchen relativ preiswert herstellen und teuer verkaufen lassen. Sie dürfen bis zu 35 Prozent Panade enthalten. So steht es in den Leitsätzen des Deutschen Lebensmittelbuches, das als Orientierungshilfe für Hersteller vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz herausgegeben wird.

Wenn sie wirklich Fischabfälle haben wollen, kaufen sie doch einfach Surimi. Diese weißrosa „Fischstäbchen“ bestehen tatsächlich aus nichts anderem als aus zerkleinerten, gesiebten, getrockneten, mit Eiweiß, Stärke, Öl und Farbstoff wieder in Form gebrachten Abfällen. Surimi sind wirklich das Allerletzte, was man in Fischfabriken zusammenfegt. Surimi sind sehr beliebt. ♦

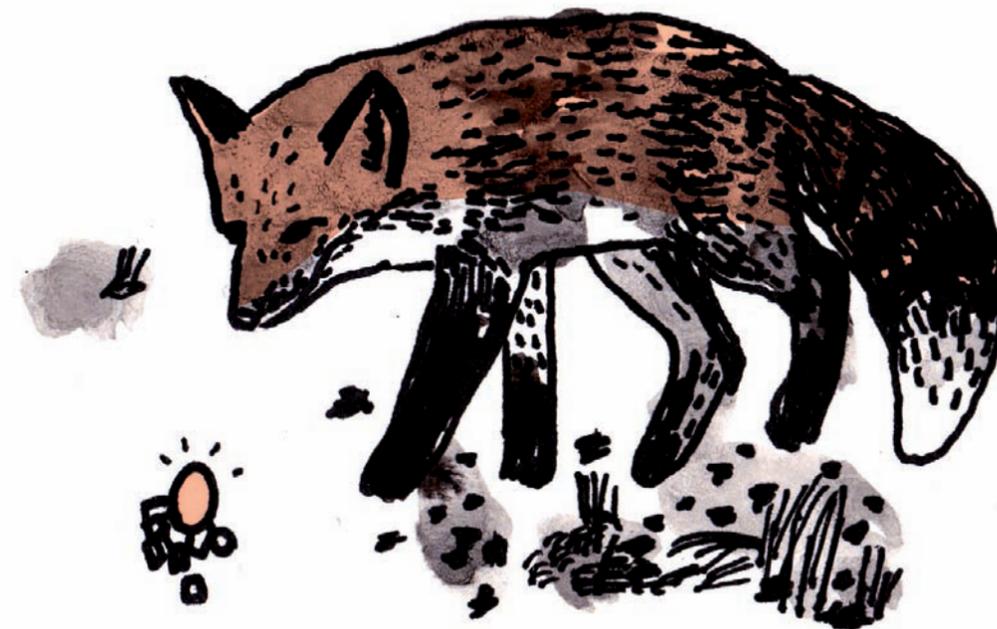
Eier lassen sich leichter pellen, wenn sie kalt abgeschreckt werden

Abschrecken oder nicht abschrecken? Auch wegen dieser Frage gibt es Glaubenskriege. Beim Abschrecken, fand das Schweizer Bundesamt für Gesundheit heraus, können Bakterien durch die Schale ins innere des Eis gelangen und sich dort vermehren, sodass „die verbreitete Praxis des Abschreckens hart gekochter Eier die Haltbarkeit stark reduziert“. In einem Test wurden Eier nach zehnminütigem Kochen entweder ohne weitere Behandlung oder nach Abschrecken bei Raum- oder Kühltemperatur gelagert.

Die bakterielle Untersuchung ergab: Nicht abgeschreckte gekochte Eier sind bei Raumtemperatur mindestens drei

Monate haltbar, vielleicht sogar noch länger. Der Versuch endete nach 91 Tagen. Bei abgeschreckten Eiern ist die Haltbarkeit, also die Bakterienvermehrung, stark von der Lagertemperatur abhängig. Schon nach fünf Tagen wurde bei den in Raumtemperatur gelagerten abgeschreckten Eiern der Toleranzwert überschritten.

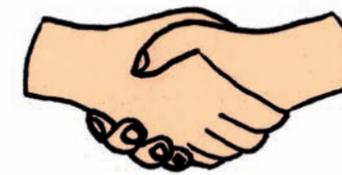
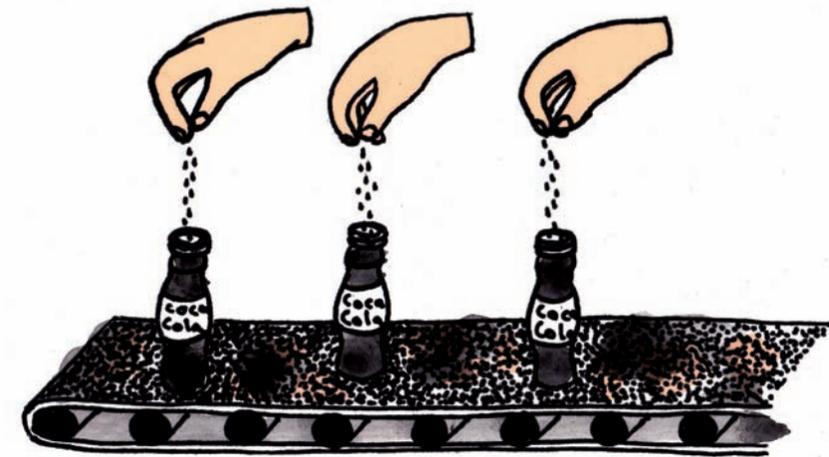
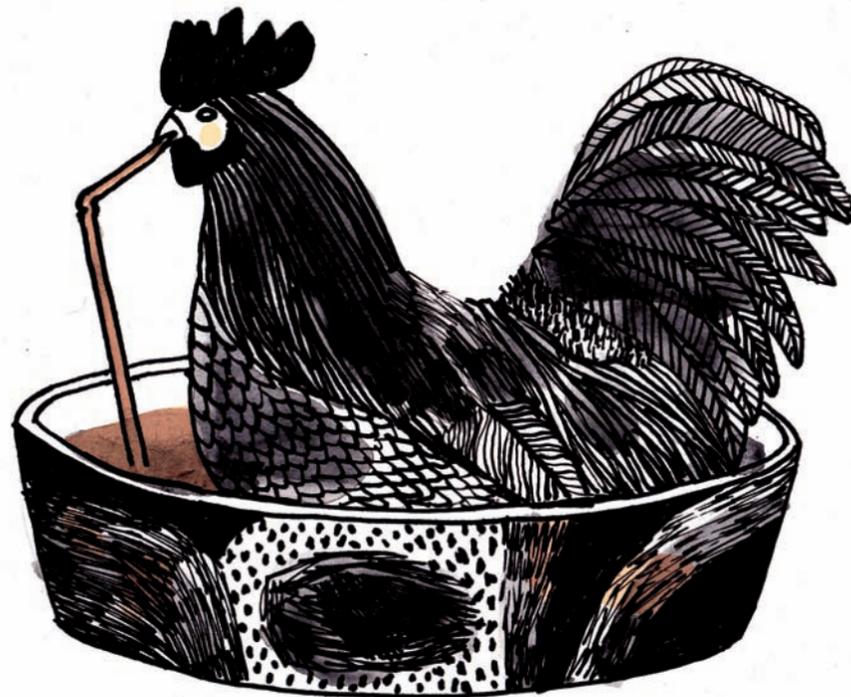
Das Abschrecken nützt also nichts, kann aber großen Schaden anrichten. Nur bei weich gekochten Eiern wäre ein Abschrecken damit zu begründen, dass man so ein Nachgaren verhindern möchte. Abschrecken führt also nicht dazu, dass sich Eier besser pellen lassen. Also kann man es auch einfach gleich lassen. ♦



Alkohol verdampft beim Kochen

Zum Glück nicht! Jedenfalls nicht so schnell, wie Sie es vielleicht erwarten würden. Was einen „Braten in Burgundersoße“ ausmacht, eine „Brüsseler Karbonade mit süßer Biersoße“ oder ein „Coq au Vin“ sind die zarten Aromen, die vom Alkohol gebunden und weitergetragen werden. Wer für alkoholranke Menschen oder Kinder kocht, sollte mit den Alkoholgaben aber vorsichtig sein. Alkohol ist durchaus nicht so flüchtig, wie es vielleicht erscheint. Noch zu oft wird behauptet: „Das bisschen Alkohol ist doch längst verkocht, bis das Essen auf dem Tisch steht.“ Reiner Alkohol (und nur reiner) siedet schon bei 78 Grad. Mischungen von Alkohol mit anderen Flüssigkeiten, vorwiegend Wasser, siedet aber wegen des

enthaltenen Wassers auch schon einmal erst knapp vor 100 Grad. Alle trinkbaren und zum Kochen verwendeten alkoholischen Getränke haben nur einen Alkoholgehalt von 9 Prozent (belgisches Bier), 12 Prozent (Wein) oder maximal 40 Prozent (alle Sorten von Schnaps). Es sind darin also maximal bis zu 91 Prozent Wasser enthalten, das einem Verdunsten (Sieden) des Alkohols erst einmal entgegenwirkt. Diese Erfahrung kann jeder machen, der sich auf einen Weihnachtsmarkt begibt und einen Glühwein trinkt. In den unschönen Warmhaltetöpfen wird er über Stunden auf Trinktemperatur gehalten und enthält doch, wenn er getrunken wird, noch so viel Alkohol, dass einem ganz warm ums Herz wird. ♦



Cola löst ein Stück Fleisch über Nacht auf

Nein, nein, nein! Hat Cola nie getan, tut Cola nicht und wird Cola auch nie tun. Die Behauptung ist auch schon wenigstens so oft widerlegt wie behauptet worden. Wie konnte es eigentlich zu diesem Gerücht kommen. Angeblich wurde es in Amerika in den 1950er Jahren von Konkurrenzunternehmen des Coca-Cola-Konzerns in die Welt gesetzt, um dessen Erfolg zu bremsen. Allein das klingt schon wieder schwer nach einer „urban legend“. Wie es bei starken Geschichten zu erwarten war, hielt es sich auch, nachdem in den frühen 1960er Jahren entsprechende wissenschaftliche Analysen längst das Gegenteil bewiesen. Interessant wäre es, einmal der Quelle der Falschmeldung auf den Grund zu gehen. Wer könnte Interesse daran haben, eine derat abstruse Horrorgeschichte zu erfinden und in Umlauf zu bringen? Leider lassen sich Gerüchte aber nie auf

ihre Quelle zurückverfolgen. Pollmer/Warmuth nennen „ein Koordinationbüro aus Brauern, Winzern und Limonadenabfüllern“, das dieses Gerücht in den 1950er Jahren in Umlauf gebracht habe. Falls dies stimmen sollte, hätten wir einen Fall von außerordentlich erfolgreichem Lobbying vorliegen. Das Klima, in dem Gerüchte wie diese gedeihen, lässt sich durchaus beschreiben. Es ist von einer diffusen Furcht vor Konzernen und vor den Manipulationen der Mächtigen geprägt. Das parallele Märchen von der angeblich geheimen Formel dieser Limonade trug sicher auch seinen Teil dazu bei.

Cola ist in dieser Hinsicht sogar dermaßen unschädlich, dass sie nicht einmal zum Marinieren verwendet werden kann. Phosphorsäure ist übrigens in vielen Lebensmitteln enthalten, in Cola fast am wenigsten. ♦