



ANNEMARIE WILDEISENS

# Kochen

Kochen



## Auf dem Höhepunkt

Aromastarke Gerichte für den Spätsommer

### HERBSTFRÜCHTE

Die Zeit ist reif für Zwetschgen, Trauben, Äpfel und Birnen.

### MENÜ DES MONATS

Ein Hauch von Herbst am Ende des Sommers.

### INTERLAKEN

Regionale Genüsse vor atemberaubender Kulisse.

Heft 9 / 2021 | 9.80 CHF | [www.wildeisen.ch](http://www.wildeisen.ch)



Für Sie getestet

## Was aufbereitetes Leitungswasser alles kann



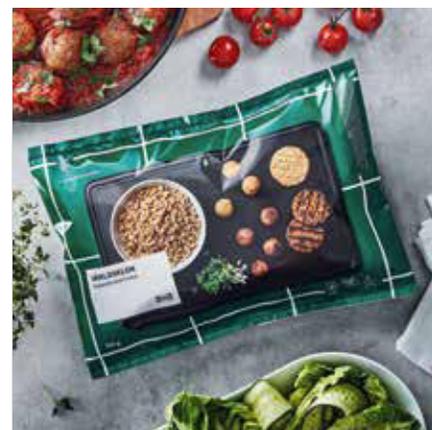
Die Firma Evodrop hat sich auf die Aufbereitung und Anreicherung von Leitungswasser spezialisiert. Dabei werden aus dem Trinkwasser auf physikalischer Basis Medikamentenrückstände, Mikroplastik, Hormone, Pestizide, Nitrate, Bakterien und Viren entfernt. Dass solchermassen aufbereitetes Trinkwasser gesundheitliche Vorteile bietet, liegt auf der Hand. Doch wie wirkt sich dies in anderen Bereichen aus, zum Beispiel beim Kochen oder auf das Aroma von Lebensmitteln?

Im Rahmen einer Zusammenarbeit mit der Firma Evodrop konnte das KOCHEN-Team in seiner Testküche erste Erfahrungen mit dem aufbereiteten Wasser sammeln. Vor dem Kochen haben wir das Wasser von Evodrop zuerst ganz einfach gekostet und mit unserem normalen Leitungswasser verglichen. Tatsächlich schmeckte es frisch und neutral, aber auf keinen Fall fad, wenn man das von Wasser so sagen darf.

In einem zweiten Schritt haben wir verschiedene Gemüsesorten zubereitet. Dabei haben wir Gemüse in ganz normalem Leitungswasser, mit aufbereitetem Wasser und im Dampf (Steamer) gekocht. Die darauffolgende (Blind-)Verkostung zeigte eindrücklich, dass die verschiedenen Gemüse tatsächlich unterschiedlich schmeckten. Süßliches Gemüse wie Rüebli und Erbsen stachen dabei hervor, keinen Unterschied stellten wir aber im Vergleich mit gedämpftem Gemüse fest, da bei dieser Methode der Dampf das Gemüse gart und es nicht im Wasser liegt wie beim Kochen, wo auch Fremdaromen einen Einfluss haben.

Auch auf Hefegebäck wie Brot soll sich aufbereitetes Trinkwasser positiv auswirken, und auch das wollten wir natürlich testen. Die zwei identischen Hefeteige, jedoch einmal mit normalem Wasser und einmal mit aufbereitetem Wasser zubereitet, zeigten beim Aufgehen schon bald ein leicht unterschiedliches Volumen. Zudem war der Teig mit aufbereitetem Wasser auch fluffiger und ging bei Backen etwas mehr auf. Wie schön ein Teig aufgeht, ist natürlich auch noch von anderen Einflüssen abhängig. Aber auch ein wiederholter Teigetest ergab das gleiche Resultat.

Das Fazit: Für alle Beteiligten war aufschlussreich festzustellen, welchen Einfluss aufbereitetes Wasser auf den Geschmack von Lebensmitteln oder Zubereitungen haben kann.



## 100 PROZENT PFLANZLICH

Mit «Världsklok» hat Ikea nun ein zu 100 Prozent pflanzliches Hack-«Fleisch» im Angebot. Es lässt sich nach Belieben formen und würzen. Da es aus Erbsenprotein besteht, einer pflanzlichen Alternative zu Fleisch, die auch noch klimafreundlicher ist, ist «Världsklok» perfekt für Vegetarier und Veganer geeignet. Egal, ob für Tacos, Chili, Lasagne oder Bolognese – man kann es wie ganz normales Hackfleisch verwenden. [www.ikea.com](http://www.ikea.com)



## FÜR SCHNELLEN SAUERTEIG

Brot backen liegt im Trend. Als perfekten Helfer lanciert Dr. Oetker neu Sauerbratenpulver mit Hefe. Es wird beim Backen dem Mehl beigegeben und sorgt nicht nur für hervorragend aromatisches Brot, sondern spart auch Zeit. Zwar gibt es schon seit längerem getrockneten Sauerbratenpulver. In den meisten Rezepten wird zusätzlich zum Sauerbratenpulver aber noch Trockenhefe beigegeben, damit das Brot richtig schön aufgeht. Im neuen Sauerbratenpulver mit Hefe von Dr. Oetker sind beide Komponenten bereits in einem optimalen Mischverhältnis zusammengeführt. Das Sauerbratenpulver kann sowohl für Weizenmehl als auch für Roggenmehl verwendet werden. Erhältlich bei Coop, Spar, Manor und im Dr. Oetker Webshop unter <https://shop.oetker.ch/produkt/sauerbratenpulver-mit-hefe>.