Panieren

Beschreibung

Fast alle Fleischarten, die im tiefen Fettbad ausgebacken werden, werden vorher mit einer dünnen Schicht aus Mehl, Brotkrume oder Teig umhüllt. Diese Umhüllungen dienen nicht der Konservierung der Fleischsäfte im Inneren des Fleisches, sondern der haptischen und geschmacklichen Verbesserung der Zubereitung. Panaden bilden eine Art Isolierung, die die Fleischoberfläche vor dem direkten Kontakt mit dem heißen Fett schützt.
Unter Hitzeeinwirkung trocknen Panaden schnell aus und bilden eine dünne, knusprige Schicht, in der sich Wasserdampf und Fett sammeln. Nicht ganz durchgebratene Fleischstücke verlierennach der Zubereitung weiterhin Fleischsaft, der die Panade schnell aufweichen würde. Daher werden die meisten Fleischstücke so lange frittiert bis im Öl keine Blasenbildung mehr zu erkennen ist: Ein Indikator dafür, dass das Fleisch durchgegart und die enthaltenen Fleischsäfte nicht mehr in Bewegung sind.
Vor dem Panieren sollten die zu verwendenden Fleischstücke mit einfachen Gewürzen wie Salz und Pfeffer gewürzt werden. Durch die Zugabe von Kräutern und Gewürzen zur Panade können verschiedene Geschmacksrichtungen kreiert werden. Die Mischung muss anschließend noch durch ein mittleres Sieb passiert werden, damit sie schön fein ist.
Für Trockenpanaden werden entweder Semmelbrösel (chapelure), frische, geriebene Weißbrotkrume (Mie de Pain), geriebene Nüsse (Haselnüsse, Mandeln), Sesam oder Kokosflocken verwendet.
Eine sehr schmackhafte Kräuterpanade entsteht, wenn gezupfte Petersilie und grob geschnittener Schnittlauch zusammen mit frischem Mie de Pain in einen Mixer gegeben werden. Kräftig mixen,aber nicht zu lange. Das Chlorophyll in den Kräutern darf nicht über längere Zeit gemixt werden, da es unter Wärmeeinfluss Farbe verliert. Die Trockenpanaden erhalten ihre Fixierung meist durch geschlagenes Ei und sollten vor der Zubereitung gut angedrückt werden.

Wiener Panierung

Fleisch wird zuerst in Mehl, dann in geschlagenem Ei und zuletzt in Semmelbröseln gewendet.

Mailänder Panierung

Fleisch wird zuerst in Mehl, dann in geschlagenem Ei und zuletzt in Weißbrotkrume mit geriebenem Parmesan gewendet.

Englische Panierung

Fleisch wird in Mehl, geschlagenem Ei und geriebener Weißbrotkrume gewendet.

Pariser Panierung

Fleisch wird in Mehl gewendet und gut abgeklopft. Anschließend kann das Fleisch auf Wunsch noch durch geschlagenes Ei gezogen werden. Die Brotkrume entfällt.

Tempura

Tempurateig wird in der japanischen Küche häufig verwendet. Der helle Teig basiert auf einem sehr feinen Weizenmehl und ist als fertige Mischung in asiatischen Lebensmittelgeschäften erhältlich. Vor der Verwendung muss er mit Eiswasser angerührt werden. Das Fleisch wird vor dem Garen durch den fertigen Teig gezogen.

Bierteig

Bierteig besteht aus Mehl, Öl oder zerlassener Butter, Bier (helle und dunkle Sorten wahlweise), Eiern und Gewürzen. Er wird vor der Zubereitung angerührt. Klümpchenbildung vermeiden.
Das Fleisch wird vor der Zubereitung durch den fertigen Teig gezogen. Die hohen Temperaturen beim Frittieren erfordern die Verwendung wasserfreier Fette mit einem hohen Rauchpunkt. Butter

© 2026 coquina.de

oder Margarine würden schnell verbrennen. Erdnussöl oder andere Pflanzenfette eignen sich zum Ausbacken. Die Frittiertemperatur sollte 180 °C nicht übersteigen.

© 2026 coquina.de