

Getränke

Wässer

Natürliches Mineralwasser

Regenwasser, versickert in die Tiefe (bis 1.000m), löst Mineralien aus Erdschichten, durch Erdmagma Anreicherung mit Kohlensäure, Reinigung beim Versickern, direkt am Quellort abgefüllt, amtliche Anerkennung nötig, nur im Originalbehältnis verkaufen

enthaltene Mineralstoffe:

Natrium, Kalium, Magnesium, Calcium, Chlorid, Sulfat

MTVo besagt:

- unterirdisch, vor Verunreinigungen geschützte Quelle
- ursprünglich rein
- ernährungsphysiologische Wirkung nachgewiesen sein (min. 1.000 mg. Mineralstoffe / l)
- Grenzwerte unerwünschter Stoffe, natürliche, geringe Schwankungen
- nur Zusetzen / Entziehen von Kohlensäure, enteisen, entschwefeln & filtern ist erlaubt

Kennzeichnungen:

Verkehrsbezeichnung, Füllmenge, Quellname, Ort der Quelle, Hinweise auf Analyse mit Institut und Datum

Tafelwasser

kein natürlich gewonnenes Wasser, Mischung aus Trinkwasser und Mineralwasser, Zusatzstoffe erlaubt (natürliches, salzreiches Wasser; keimfreies Meerwasser; Mineralsalze), Grenzwerte unerwünschter Stoffe wie bei Mineralwasser

Quellwasser

Unterirdisches Wasservorkommen, keine ursprüngliche Reinheit, geringer Mineralstoffgehalt, keine ernährungsphysiologische Wirkung nötig, keine amtliche Anerkennung nötig aber: direkt am Quellort abgefüllt, Prüfung auf Schadstoffe

Besondere Wässer

Sodawasser: Tafelwasser mit min. 570 mg Natriumhydrogencarbonat / l (Salzig)

Säurerling / Sprudel: Wasser mit min. 250 mg Kohlensäure / l

Heilwasser: Arzneimittel, Wirkung wissenschaftlich nachgewiesen

Flavoured Water: keine künstlichen Geschmacks- & Farbstoffe, Fruchtextakte ok

Milchbehandlung:

Pasteurisieren:

Abtötung der krankheitserregenden Keime durch Erhitzung, man unterscheidet Dauererhitzung (ca. 30 Min, 62 - 65°C), Kurzzeiterhitzung (15-30 Sek, 72 - 75°C) und Hoherhitzung (min. 85°C)

Homogenisieren:

Verhinderung des Aufrahmens, Fett an der Oberflächen durch Düsen zerkleinert, verteilt sich dadurch gleichmäßig in der Milch

Getränke aus Früchten

Fruchtsäfte

Fruchtsaftanteil 100%, vitamin- und mineralstoffreich, natürlich (keine Zusatzstoffe), Zucker ggf. erlaubt (z.B. dieses Jahr nicht süße Früchte)

Man unterscheidet..

Direktsaft: Gepresster Fruchtsaft, direkt in Flaschen abgefüllt und ggf. Erhitzung

Frisch gepresst: Frisch gepresst und unbehandelt, nur kurz haltbar

aus Konzentrat: Dem Fruchtsaft wird Wasser entzogen, im Zielland wieder zugesetzt

Fruchtnektare

Fruchtsaft (25 - 50%) und Wasser, bis 20% Zucker erlaubt, Vitaminzusatz erlaubt, ansonsten natürlich (keine Zusatzstoffe), weniger Vitamine und Mineralstoffe

Erfrischungsgetränke

Fruchtsaftgetränke

Fruchtsaft (6 - 30 %), Süßstoffe erlaubt, natürliche Aromen erlaubt, Genusssäuren erlaubt, wenig Vitamine

Limonaden

Genusssäuren und künstliche Farbstoffe erlaubt

Brausen

rein künstliches Getränk, „der Frucht nachempfunden“, künstliche Süßstoffe und Farbstoffe erlaubt

Diätetische EG

künstliche Süßstoffe ja, künstliche Aromen nein

Brennwertverminderte EG

künstliche Süßstoffe ja, Aromastoffe ja, min. 40% geringer Brennwert als Vergleichbare

Isotonische Getränke

„Sportler-Getränk“, mit Mineralstoffen und Vitaminen angereichert, Süßstoffe ja, Säuerungsmittel ja, Stabilisatoren ja

Energiegetränke

siehe Isotonische Getränke, Zusätzlich Koffein

Kaffee

„Kaffe ist das Pulver der gerösteten Kaffeebohne. Es ist Grundlage für anregende Getränke.“

Herkunftsländer:

Brasilien, Indonesien, Äthiopien, Kenia, Tansania, Kolumbien, Venezuela

Anbauge

Arabica-Kaffee - Hochlandkultur

hochwertiger Kaffee mit geringen Erträgen, beste Qualität, empfindliche Pflanzen, längliche Form

Robusta-Kaffee - Tieflandkultur

mittlere Qualität, hoher Ertrag, weniger empfindliche Pflanzen, ründliche Form

Geschmack des Kaffees abhängig von...

Kaffeesorte, Kaffeemenge (6-8g / Tasse), Mahlgrad, Maschine, Wasser, Temperatur, Standzeit, Röstverfahren

Aufbereitungsverfahren

Nassverfahren

Kaffeekirschen zum Quellen bringen, Reißmaschinen entfernen Fruchtfleisch, Gärung zersetzt den Rest (24-36 Stunden), Waschen, Trocken

Trockenverfahren

Kaffekirschen auf Zement an Luft ausbreiten, häufiges Wenden, Fruchtfleisch trocknet, maschinelles Schälen

Röstung

Heißluftstrom (schonender, 2-3 Minuten) oder herkömmliches Verfahren in Trommel
-> Volumenzunahme, Gewichtsabnahme

unterschiedliche Kaffees

Schonkaffee: reizstoffarmer Kaffee, durch Dämpfen des Rohkaffees vor der Röstung werden Reizstoffe (Kaffeewachse, Röststoffe, Chlorogensäure, - für Magen, Galle, Leber nicht gut) entfernt

Instantkaffee: Kaffeekonzentrat, Kaffegrulat mit Kaffeearomen, gewonnen aus aufgebrühtem Kaffee

Kaffee-Ersatz: aus Getreide hergestellter Kaffee, enthält kein Koffein, angelehnter Geschmack, bspw. aus Gerste, Malz, Zichorie oder Roggen

Koffeingehalt

Kaffee:	1 - 2,5 %
Espresso:	etw. weniger als Kaffee
Koffeinarmer Kaffee:	bis 0,2 %
Entkoffeinierter Kaffee:	bis 0,1%
Kaffee-Ersatz:	0 %

Wirkung von Koffein

anregend auf Herz-Kreislaufsystem und Zentralnervensystem, harntreibend (Nierenfunktionen werden angeregt) -> kann zu Herzklopfen / Herzrasen, Schweißausbrüchen und Zittern führen

Kaffeespezialitäten

Unterschied Espresso- und Kaffeebohnen

Espresso: dunkler geröstet -> weniger Säure, feiner gemahlen, sehr kurzer Brühvorgang -> viele Aromastoffe, wenig Koffein und Bitterstoffe

Kaffee: kürzer geröstet -> mehr Säuren, grober gemahlen, längerer Brühvorgang -> mehr Koffein

Espresso: kleine Tasse, 7g espressokaffee, Spezialmaschine mit Dampfdruck

Cappuccino: kegelförmige Tasse, Espresso + aufgeschäumte Milch

Café au lait / Milchkaffee: Bol oder große Tasse, Kaffee oder Espresso + Milch

Café Latte: hohes Glas, Espresso, doppelte Menge, viel Milch mit wenig / kein Schaum

Latte Macchiato: Glas, große Menge Milch mit Schaum, darauf ein Espresso

Kaffee Macchiato: Espresso Tasse o. kl. Glas, Espresso + Klecks Milch

Tee

Aufgussgetränke aus der Teepflanze, alles andere: teeähnliche Erzeugnisse, enthält Koffein und Gerbstoffe

Anbaugebiete

Indien (Darjeeling, Assam), Sri Lanka (Ceylon), China, Japan (Grüne und Oolong Tees)

Aufbereitung

-> **Welken** (frische Blätter brechen wegen Innendruck, Dauer: 10 - 18 Stunden, verlieren 30% Wasser)

-> **Rollen** (Zellstruktur wird zerstört, Inhaltsstoffe der Zellen kommen in Kontakt, ätherische Öle entstehen)

-> **Fermentation** (Gärung, Enzym verändert Inhaltsstoffe des Tees, machen Aroma aus, 98% Luftfeuchte, kupferfarbe entsteht)

-> **Trocknung** (30-40 Minuten, Wassergehalt des Endtees: 5%, schwarze Farbe)

-> **Sortierung** (nach Blattgröße durch Rüttelsiebe)

Inhaltsstoffe

Koffein (belebende Wirkung), Gerbsäure (Tannin, beruhigende Wirkung, überlagert Wirkung von Koffein nach 3 Minuten), Vitamine (C, A, B1, B2, D), Fluorid (Kariesschutz)

Sorten

Schwarzer Tee: (Darjeeling, Ceylon, Assam):

vollfermentiert, schwarze Farbe, wenig Bitterstoffe

Oolong Tee:

halbfermentiert, hellere Farbe, erfrischender Geschmack

Grüne Tees:

nicht fermentiert, hellgelbe Farbe, viele Bitterstoffe

Aromatisierte Tees:

schwarze Teesorten, versetzt mit natürlichen Aromen (Lavendelöl), naturidentische Aromen (Vanille), aromagebende Pflanzenteile (Jasmin), Rauchgeschmack

Teeähnliche Erzeugnisse:

nicht aus der Teepflanze, Heil- und Genusskräuteraufgüsse, kein Koffein, bspw. Roibos Tee, Hagebutte, Pfefferminze, Ingwer, Kamille, Fenchel ...

Blattgrade

Blatt-Tee: ganze Blätter, teuerster Tee, längste Ziehzeit

Broken Tea: gebrochene Blätter, guter Tee, mittlere Ziehzeit

Fannings und Dust: feinste Aussiebung, Tee-„Staub“