

Sichere Schäl- und Schneidetechniken bei der Lebensmittelzubereitung

Die Regeln zum sicheren Arbeiten besprechen:

- ✓ Mit dem Messer vorsichtig umgehen, das heißt konzentriert und ruhig arbeiten.
- ✓ Beim Aufstehen und durch den Raum laufen, bleibt das Messer am Platz liegen bzw. wird im großen standfesten Glas aufbewahrt.
- ✓ Beim Schälen und Schneiden liegt das Obst/Gemüse auf dem Brett.
- ✓ Schälabfälle in eine Schüssel oder auf einen Teller geben. Beim Schneiden liegen keine Schälabfälle auf dem Brett.



Der Auflageschnitt

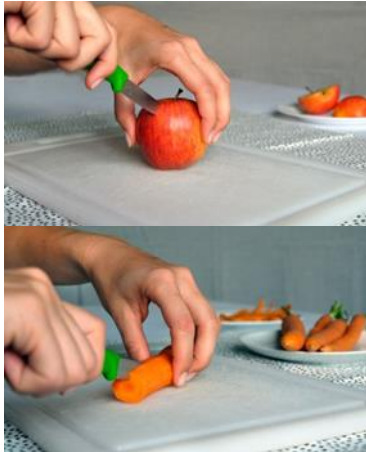
- ✓ Der Auflageschnitt ermöglicht ein stabiles Schneiden und Zerkleinern. Lebensmittel, die eine gewölbte Oberfläche haben, (z.B. ganze Paprika, ganzer Apfel), rutschen dann beim Schneiden nicht weg.
- ✓ Zuerst den unteren Teil des Lebensmittels gerade abschneiden, sodass eine gerade Fläche entsteht.
- ✓ Das Lebensmittel auf diese Schnittfläche legen und dann zerkleinern.



Sichere Schältechnik mit dem Sparschäler

- ✓ Das Gemüse auf das Schneidebrett legen.
- ✓ Eine Hand hält das Gemüse an einem Ende fest. Die andere Hand zieht den Sparschäler mit leichtem Druck vom festgehaltenen Ende aus an das andere Ende
- ✓ Die „Haltehand“ dreht das Gemüse, sodass der Sparschäler erneut angesetzt werden kann. Das Vorgehen wieder-holen, bis das Gemüse komplett geschält ist.

Sichere Schäl- und Schneidetechniken bei der Lebensmittelzubereitung



Der Tunnelgriff

- ✓ Mit dem Tunnelgriff wird ein Lebensmittel halbiert oder geviertelt.
- ✓ Die eine Hand greift das Lebensmittel und bildet dabei einen Tunnel. Die andere Hand hält das Messer. Kinder setzen aufgrund ihrer Handgröße das Messer vor dem Tunnel an und schneiden das Lebensmittel zur Hälfte. Im Anschluss das Lebensmittel drehen und die andere Hälfte schneiden.
- ✓ Tipp: Schneidet man das Lebensmittel vorher an einer Seite etwas ab, erhält man eine ebene Auflagefläche. Das Schneiden geht dann leichter (siehe Aufлагenschnitt).



Der Krallengriff

- ✓ Der Krallengriff schützt die Fingerkuppen beim sicheren Zerkleinern von Lebensmitteln.
- ✓ Die eine Hand hält das Lebensmittel so fest, dass die Fingerkuppen nach innen zeigen (Kralle).
- ✓ Zwischen der Hand, die die „Kralle“ bildet, und dem Messer immer etwas Abstand halten.

Bildautoren: Bruder M., Wöhrlin F., Giesbrecht N.