

Verschiedene Reissorten

Info für die Lehrperson



Arbeitsauftrag	Die SuS kochen zuerst kleine Portionen der beliebtesten Reissorten der Schweiz und degustieren sie danach. Dabei finden sie ihren Favoriten und lernen zudem noch unbekannte Reissorten kennen.
Ziel	<ul style="list-style-type: none">• Die SuS können verschiedene Reissorten voneinander unterscheiden.• Die SuS können den Reis im Geschmack beschreiben.
Material	<ul style="list-style-type: none">• verschiedene Reissorten• Kochgelegenheit• Teller und Besteck• Arbeitsblatt
Sozialform	GA
Zeit	45-90'

Zusätzliche Informationen:

- Sie können die Degustation auch nur mit Trockenreis durchführen.
- Probieren Sie beide Kochvarianten aus, so lernen die SuS beide kennen und können selber entscheiden, welche ihnen besser passt.

Verschiedene Reissorten

Arbeitsunterlagen



Aufgabe:

Schau zu Hause nach. Welche Reissorten findest du in der Küche?






Unterschiedlicher Reis

Die weltweit über 10`000 Reissorten werden nach ihrem Aussehen in drei Gruppen unterteilt:

Rundkornreis, Mittelkornreis, Langkornreis


Rundkornreis ist oval bis rund. In der Schweiz ist der Milchreis die bekannteste Vertreterin. Langkornreis ist lang und dünn, wie zum Beispiel der Basmatireis. Mittelkornreis liegt irgendwo dazwischen. Risotto- und Paellareis gehören zu dieser Gruppe. Die folgenden Reissorten sind in der Schweiz am beliebtesten.


Parboiled-Reis	S. Andrea	Carmolino/Originario
		
Raffiniert, aus den USA, enthält, wie alle im Parboiling-Verfahren behandelten Reissorten, annähernd denselben Nährwert wie Vollreis. Wird beim Kochen schneeweiss und bleibt körnig.	Eignet sich für alle italienischen Reisgerichte. Sein Korn wird beim Kochen leicht klebrig.	Ideal für Suppen, Aufläufe, Milchreis und Desserts – nimmt beim Kochen viel Flüssigkeit auf und wird leicht klebrig.
Langkorn	Mittelkorn	Rundkorn
Kochzeit: 17 Min.	Kochzeit: ca. 18 Min.	Kochzeit: je nach Verwendung


Verschiedene Reissorten

Arbeitsunterlagen



Basmati-Reis

Die «Königin der Düfte» wird im Norden Indiens angebaut. Fruchtbare Böden und Wasser von mineralienreichen Bergbächen verleihen dem Reis sein Aroma. Klebt nicht, bleibt körnig. Passt ideal zu fernöstlichen Gerichten.
Langkorn
Kochzeit: ca. 15 Min.

Parboiled-Risotto

Gesellt sich mit seinem Korn, das dank dem Parboiling-Verfahren weniger klebrig wird, als neuere Variante zu den traditionellen Risottoarten.
Mittelkorn
Kochzeit: ca. 17 Min.


Ribe oder Baldo

ist der am meisten verwendete Risottoreis.
Mittel- bis Langkorn
Kochzeit: ca. 18 Min.

Parfumreis

hat nichts mit Parfüm zu tun. Sein gewürzreiches Aroma entsteht dank den stark mineralhaltigen Böden Thailands. Als Trockenreis für fernöstliche Gerichte.
Langkorn
Kochzeit: ca. 15 Min.

Vollreis

Der Reis ist nur entspelzt, nicht raffiniert. Er enthält praktisch alle wertvollen Inhaltsstoffe.
Mittel- oder Langkorn
Kochzeit: ca. 50 Min.

Wildreis-Mix

enthält ungefähr 85 % Parboiled-Reis, raffiniert, und 15 % Wildreis, der dem Reisgericht seine dekorative Note und einen einzigartigen Geschmack verleiht. Passend zu Fisch-, Geflügel- und Fleischgerichten.
Langkorn
Kochzeit: ca. 20 Min.

Verschiedene Reissorten

Arbeitsunterlagen



Dreifarbenreis (Reismischung)

Bestehend aus Langkorn-, , rotem Camargue- und Wildreis. Ergibt eine fröhlich-bunte und geschmacksreiche Beilage zu verschiedenen Gerichten.
verschiedene Korngrößen
Kochzeit: ca. 18 Min.

Diese Reissorte(n) haben wir zu Hause:



Bilder und Quelle: Riso.ch



Reis kochen ist nicht schwer!

Reis kochen ist kinderleicht. Du kannst sogar zwischen zwei verschiedenen Zubereitungsarten wählen:

Reis quellen (Variante 1)

1. Schütte eine Tasse Reis und zwei Tassen kaltes Wasser in eine Pfanne.
2. Gib etwas Salz dazu und koche alles auf.
3. Lass den Reis bei kleinem Feuer etwa 20 Minuten ausquellen.
4. Am Schluss nimmst du den Deckel weg und lässt den Rest des Wassers ausdampfen.

Reis kochen (Variante 2)

Diese Variante ist vergleichbar mit dem Kochen von Teigwaren.

1. Fülle eine Pfanne mit Wasser.
2. Gib etwas Salz hinzu und koche das Wasser auf.
3. Schütte den Reis in das kochende Wasser.
4. Lass den Reis in der Pfanne etwa 12 Minuten leicht köcheln.
5. Wenn der Reis gar ist, schüttest du das restliche Wasser mit einem feinen Sieb

Wie kochst du den Reis?

Verschiedene Reissorten

Arbeitsunterlagen



Aufgabe:

Nun bist du an der Reihe!

Bestimmt zuerst in der Klasse ein Versuchskriterium und schreibt es in die Tabelle. Dann kocht ihr gruppenweise verschiedene Reissorten und führt die Degustation nach euren beiden Kriterien durch. Vergesst nicht, den Reis in euren eigenen Worten zu beschreiben.

Welcher Reis schmeckt dir am besten?

Welcher Reis schneidet in der Klasse am besten ab?

Protokollblatt

Reis	Versuchskriterium:	Beschreibung in Worten:
	1 2 3 4 5 6	
	1 2 3 4 5 6	
	1 2 3 4 5 6	
	1 2 3 4 5 6	
	1 2 3 4 5 6	
	1 2 3 4 5 6	
	1 2 3 4 5 6	
	1 2 3 4 5 6	
	1 2 3 4 5 6	
	1 2 3 4 5 6	