

## Saucen und Marinaden nach Geschmack

**Saucen und Marinadensauce, auch Soße oder Salsa, bildet eine Ergänzung zu verschiedenen Warm- und Kaltspeisen, Salaten und Desserts. Durch ihre Würzung, den eigenen Geschmack und die enthaltenen Aromen wirken sie appetitanregend und werten Speisen auf, indem sie entweder die Geschmacksstoffe binden oder Geschmacksträger hinzufügen. Darüber hinaus werden sie auch als Bindung für Speisen (z. B. Ragouts, Salate) genutzt.**



Sauce, auch Soße oder Salsa, bildet eine Ergänzung zu verschiedenen Warm- und Kaltspeisen, Salaten und Desserts. Durch ihre Würzung, den eigenen Geschmack und die enthaltenen Aromen wirken sie appetitanregend und werten Speisen auf, indem sie entweder die Geschmacksstoffe binden oder Geschmacksträger hinzufügen.

---

Darüber hinaus werden sie auch als Bindung für Speisen (z. B. Ragouts, Salate) genutzt.



## Saucen auch für die Optik wichtig

Auch für die Optik spielen Saucen eine wichtige Rolle, indem sie über das Zusammenstellen von Farben eine ästhetische Funktion übernehmen. Saucenbasis sind Flüssigkeiten wie Fonds, Öle und Milchprodukte, welche mit verschiedenen Zutaten gebunden bzw. andickt werden. Typisch dafür sind Mehl (Mehlschwitze) oder Kartoffelstärke, aber auch stärkehaltige Früchte und Legierungen auf der Basis von Hühnerei werden häufig verwendet. Durch die veränderte Konsistenz werden die anderen Speisebestandteile verbunden und Inhaltsstoffe direkt mit ihnen kombiniert.



## Marinaden - die Fisch- und Fleisch-Verfeinerer

Marinade ist eine würzende, oft saure Flüssigkeit, in die rohes Fleisch oder Fisch eingelegt wird. Dadurch dringen Gewürze und Säure tief in die Speise ein und machen sie aromatischer und zarter. Der Ursprung von Marinaden liegt in der Salzlake, mit der Speisen für lange Seereisen haltbar gemacht wurden. Die Basis von Marinaden sind zumeist saure Flüssigkeiten wie Essig, Wein, saure Sahne, Buttermilch oder Zitronensaft, abgerundet mit verschiedensten Kräutern und Gewürzen (z.B. Piment, Senfkörner, Dill, Korianderkörner, Lorbeer, Majoran, Salbei, Basilikum, Rosmarin, Ingwer, Sojasauce).

Auch Pflanzenöl, Knoblauch, Zwiebeln oder süße Zutaten wie Honig und Zucker werden gerne zugefügt. Marinaden sollten kein Salz enthalten, da sie sonst den eingelegten Speisen Flüssigkeit entziehen würden und die Aromen schlechter einzögen. Nach dem Marinieren die Marinade als Saucengrundlage weiterverwendet werden. Oft werden Salatsaucen wie z.B. Vinaigrette als Marinade bezeichnet. Sie zählen jedoch als würzige Saucen und werden meist erst unmittelbar vor dem Servieren mit den weiteren Zutaten vermischt.

---

Veröffentlicht von Gourmet Magazin

Gourmet Magazin | Mike Aßmann & Dirk Heß GbR  
Bleichstraße 77 A | 33607 Bielefeld | Deutschland  
+49 (0)521-58497757 | info@gourmet-magazin.de | www.gourmet-magazin.de