

# Lebensmittel- Trend Spotlight: Textur



Lentils.™

Es gibt viele Qualitäten eines guten Gerichts. Eine dieser Eigenschaften, die ein Gericht in den Augen der Verbraucher von anderen abheben kann, ist die Textur. Die Textur ist der Teil unserer Sinne, den wir wahrnehmen, wenn wir das Essen im Mund spüren, und kann mit Begriffen wie hart, weich, flüssig, fest, cremig, krümelig, knusprig, zäh, al dente usw. beschrieben werden. Es ist seit langem erwiesen, dass die Komplexität der Textur die geschmackliche Wahrnehmung eines Gerichts nicht nur ergänzt, sondern in einigen Fällen sogar verstärkt. Die Kombination verschiedener Texturen in einem Gericht ermöglicht es, dass sich die verschiedenen Schichten und Komponenten gegenseitig ergänzen und kontrastieren, so dass ein wirklich durchdachtes kulinarisches Erlebnis entsteht.

## **Al Dente**

Die meisten kennen und verwenden Linsen auf traditionelle Weise, indem sie sie einfach al dente kochen. Wenn sie al dente gekocht sind, haben ganze Linsen, wie z. B. ganze grüne oder ganze rote, einen zarten Biss. Sie eignen sich hervorragend als Grundlage für Power Bowls und als Ergänzung oder Ersatz für Fleisch in Gerichten wie Bolognese oder Tacos. Geteilte Linsen, wie z. B. geteilte rote Linsen, kochen viel schneller und behalten beim Kochen nicht ihre Form, so dass sie schnell zerfallen - diese werden am häufigsten in Currys, zum natürlichen Eindicken von Suppen oder Eintöpfen oder zum Pürieren von Dips oder zum Backen verwendet. Wenn Sie mehr darüber erfahren möchten, wie Sie zarte, al dente gekochte Linsen auf verschiedenen Großküchengeräten zubereiten können, [klicken Sie hier](#).

## **Knusprig und knackig**

Wir sind davon überzeugt, dass jedes Gericht ein wenig Knusprigkeit braucht, um ihm den letzten Schliff zu geben. Knusprig beschreibt eine spröde und doch zarte Textur, ähnlich der eines Kartoffelchips. Knusprig beschreibt eher eine dichte, knackige Textur, die mehr Kauen erfordert und von einem knackigen Geräusch begleitet wird. Wussten Sie, dass Sie Linsen in knusprige und knackige Häppchen verwandeln können? So geht's:

### **Knusprig - gebratene Linsen:**

Vorgekochte Linsen (ganz oder geteilt) können in einer Fritteuse frittiert werden, indem man sie in einen China-Deckel gibt und mit einem Schneebesen im Frittieröl schwenkt. Bei geteilten Linsen dauert das 2-3 Minuten, bei ganzen Linsen 3-5 Minuten. Achten Sie darauf, dass die Linsen gut abgetropft sind, bevor Sie sie in die Fritteuse geben. Als Bonus können Sie die warmen, frittierten Linsen mit Gewürzen und Aromastoffen zu knusprigen Garnituren für Eier, Power Bowls, Reisgerichte oder Pfannengerichte verarbeiten. [Klicken Sie hier](#) für Anregungen zum Garnieren.

### **Knusprig - im Ofen geröstete Linsen:**

Vorgekochte Linsen (ganz oder geteilt) können im Ofen geröstet werden, um eine knusprige Textur zu erhalten, die sich sogar wie Muschelschalen öffnen lässt. Rösten Sie die gekochten Linsen im Ofen bei 200 °C für 15-20 Minuten bei geteilten Linsen oder 30 Minuten bei ganzen Linsen. Als Bonus können Sie die warmen, gerösteten Linsen mit Gewürzen und Aromastoffen zu knusprigen, schmackhaften Beilagen verarbeiten. [Klicken Sie hier](#), um sich inspirieren zu lassen.

Weitere Inspirationen und Verwendungsmöglichkeiten für knusprige und knackige Linsen:



**Eiweißreicher  
Linsen-Miz**



**Knuspriger Fisch  
Mit Linsenkruste**



**Zimt-Muskatnuss-  
Linsen-Streusel-Belag**

Ob knusprig, weich, knackig oder seidig - jede Textur ist einprägsam. In Kombination mit einem guten Geschmack kann die Beschaffenheit dazu beitragen, dass sich die Verbraucher dauerhaft an ein Lebensmittel erinnern oder sogar zum wiederholten Verzehr und zur natürlichen Weiterempfehlung anregen.