

# Auftauen

Das fachgerechte Auftauen ist ein ganz wichtiger Vorgang. Für das Auftauen von tiefgefrorenen Speisen gibt es folgende Möglichkeiten:

- Langsames Auftauen im Kühlschrank, bei maximal 5°C.
- Rasches Auftauen unter fließendem Wasser.
- Schnelles Auftauen im Mikrowellenherd oder Steamer.

## Zu beachten:

- In einem sauberen, zugedeckten Behälter auftauen.
- Auftauflüssigkeit mittels Gitter in einer Auffangschale auffangen und weggiessen.
- Speisen mit Papiertuch trocknen.
- Aufgetaute Produkte rasch verbrauchen und nicht wieder einfrieren.



