



glas-futter.de

FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN – PROTEINFOOD

### **Ist eine Knoblauchpresse sinnvoll? Und auf was sollte man achten?**

Liebe Glasfutterer,

Eine Knoblauchpresse leistet gute Dienste. Somit gibt es keine klebrigen Finger. Auch riechen die Finger anschließend nicht nach Knoblauch. Der Knoblauch wird in eine kleine Kammer gelegt und mit Druck in kleine Stücke zerlegt bzw. zerdrückt. Das kommt auf die Art der Knoblauchpresse an. Auf was sollte man beim Kauf einer Knoblauchpresse achten?

1. Der Korb für die Knoblauchzehen sollte groß genug sein.
2. Sollte auch für ungeschälte Knoblauchzehen geeignet sein (Schale und gröbere Stücke bleiben im Korb hängen).
3. Das Material sollte aus Edelstahl und rostfrei sein.
4. Die Presse sollte z. B. auch für Ingwer oder andere Gemüse und Obstsorten geeignet sein.
5. Sollte gut in der Hand liegen.



Foto Klaus Rupp

Nach meiner Erfahrung lehnen viele eine Knoblauchpresse ab. Allerdings konnte ich öfters beobachten, dass auch in der professionellen Küche gerne mit der Knoblauchpresse gearbeitet wird. Der gesundheitsfördernde Enzym Alliin soll gerade durch das quetschen freigesetzt werden. Andere behaupten, dass das quetschen bzw. pressen einen negativen Einfluss auf den Geschmack hat. Ob der Geschmack wirklich darunter leidet sollte jeder für sich herausfinden.

Euer Klaus