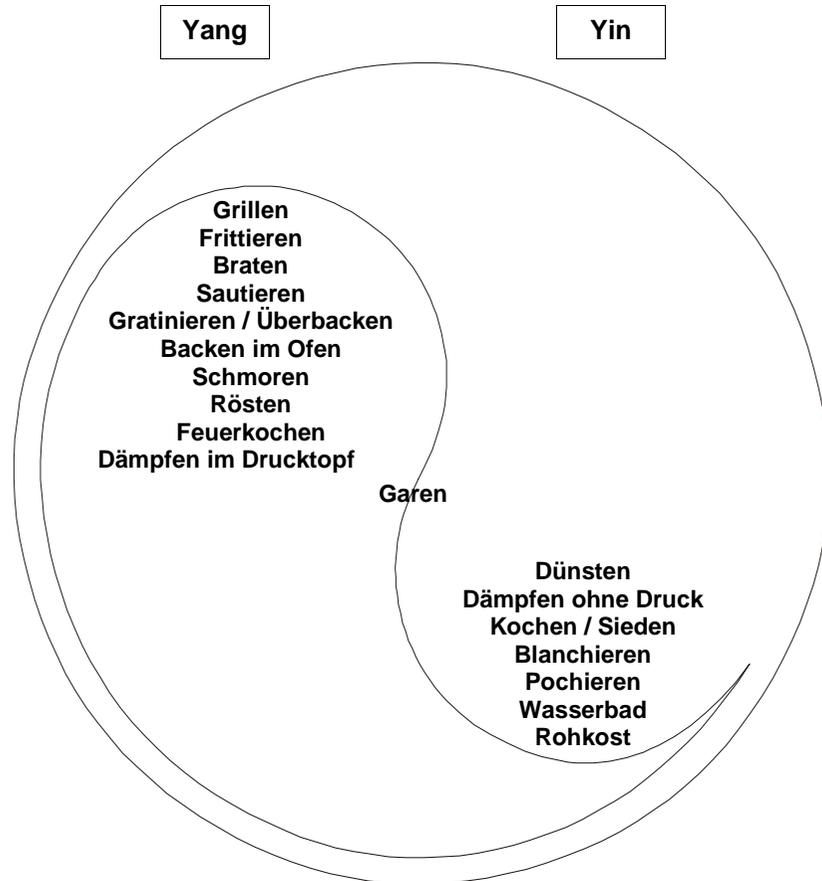


Kochmethoden

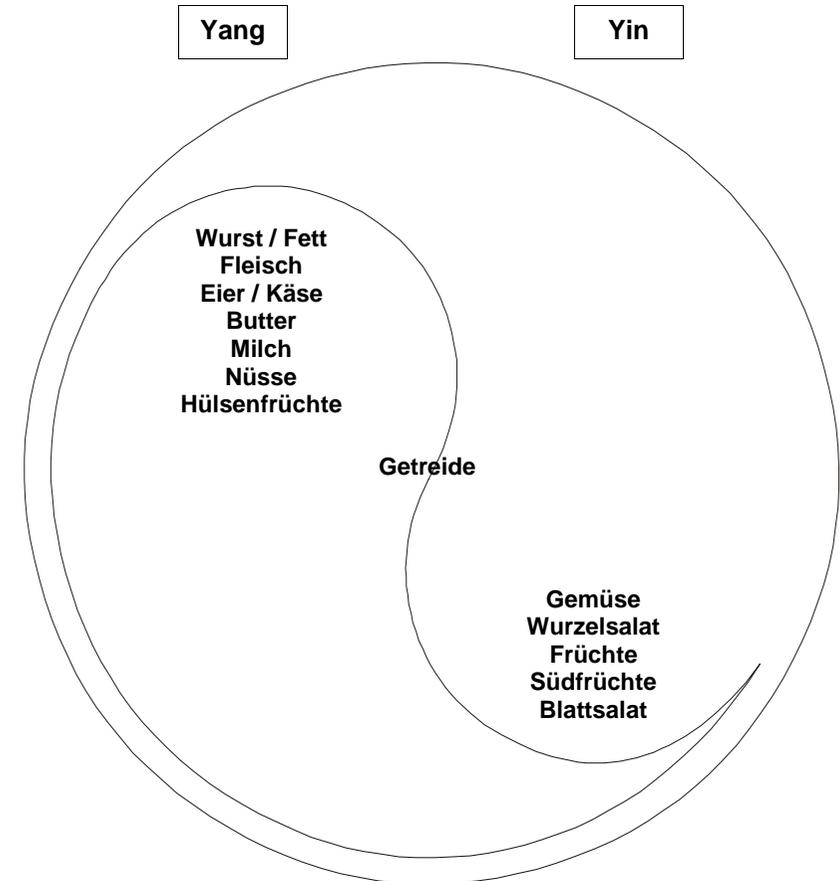


Hinweis:

Garen beinhaltet alle Kochmethoden. Es ist ein übergeordneter Ausdruck für den Kochprozess. Garen ist in der Mitte platziert. Durch das auswählen der richtigen Kochmethode, Nahrungsmittel und Gewürze (Thermik), wird der Mensch in die Mitte geführt.

Nahrungsmittel

eine Auswahl



Hinweis:

Innerhalb der Hülsenfrüchte hat die Sojabohne am meisten Yin Anteile.