



Lebenskunde, Biologie, Ethik für Sek I, Sek II

Es muss nicht immer Fleisch sein

11:00 Minuten

- Einführung** **00:00** Was ist Tofu? Wie wird Tofu hergestellt und welche Rolle spielt er als Fleischersatz?
- Tofuherstellung** **00:10** Das Ausgangsprodukt für Tofu ist die Sojabohne. Gut gereifte Bohnen mit hohem Proteingehalt werden zuerst für 12 Stunden in Wasser eingeweicht. Danach werden sie zermahlen, wobei alle Faserstoffe ausgefiltert werden. Für Tofu wird ausschliesslich Sojamilch genutzt.
- Tofufabrik Soyana** **01:55** 1981 nahm die Tofufabrik Soyana in Schlieren ihren Betrieb auf. Walter Dänzer, Gründer und Chef des Unternehmens, glaubte an Tofu als Alternative zu Fleisch, als Vegetarismus noch etwas sehr Exotisches war.
- Die Sojamilch gerinnt** **03:34** Der 90 Grad heissen Sojamilch wird ein Magnesiumsalz beige-fügt. Innert Sekunden trennt sich die Milch in Molke und Sojaflocken, ähnlich wie bei der Käseproduktion.
- Sojaflocken werden gepresst** **04:44** Nach der Gerinnung wird die Masse in das Pressbecken gefüllt. Die Molke wird abgelassen. Danach werden die Tofuflocken gepresst. Nach einer halben Stunde ist aus den Flocken eine 140 Kilogramm schwere Platte entstanden, der so genannte Tofukuchen. Dieser wird dann in handelsübliche Stücke geschnitten.
- Stark gestiegene Nachfrage** **06:13** Die Nachfrage nach Schweizer Biotofu ist in den letzten Jahren stark gestiegen, seit Migros und Coop in das Geschäft eingestiegen sind. Vegetarismus liegt im Trend.
- Gewürze machen es aus** **07:03** Tofu ist geschmacksneutral und schmeckt fad. Kreativ gewürzt wird er zur Delikatesse. In der Restaurantküche bestreicht der Koch Tofu mit Sojasauce und füllt ihn mit Pesto. Weitere Tofustücke umhüllt er mit einer Panade aus Paniermehl und Madagaskar-Curry.
- Testessen** **07:56** Eine Sensorikwissenschaftlerin und ein Trendgastronom testen das Tofuschnitzel, das mit einer Sojaquark-Apfel-Sauce serviert wird. Sie zeigen sich begeistert.
- Fleischersatz** **08:35** Wegen seines hohen Proteingehalts hat Tofu den Stellenwert als Fleischersatz. Doch beide Testesser betonen, dass ein Tofuschnitzel nicht mit einem klassischen Fleischschnitzel verglichen werden sollte. Gut zubereiteter Tofu bietet ein eigenständiges neues Geschmackserlebnis.