

## Factsheet Was ist Rahm?



### Produktebeschreibung:

- Rahm ist der Fettanteil der Milch.
- Er sammelt sich bei längerem Stehenlassen der Rohmilch auf der Oberfläche an. Früher wurde der Rahm durch Abschöpfen gewonnen, heute erfüllt die Zentrifuge diese Aufgabe.
- Der Begriff Rahm steht für Vollrahm bzw. Schlagrahm.

### Nährwertangaben pro 100 g Rahm:

- Die Lebensmittelverordnung schreibt folgende Fettanteile vor:
  - Doppelrahm: mindestens 45 g Fett
  - Vollrahm: mindestens 35 g Fett
  - Halbrahm und Kaffeerahm: mindestens 15 g Fett

### Historisches:

- Bereits die alten Ägypter und Römer schätzten Rahm als Zutat zu leckeren Gerichten.
- Erfindung der Rahmzentrifuge um ca. 1880.



## Herstellung:

- Um Rahm zu gewinnen, wird die Milch in der Zentrifuge entrahmt. Die Fliehkraft trennt das leichtere MilCHFett von den schwereren Bestandteilen der Milch (Eiweiss, Milchzucker, Wasser).
- Frischer Rahm verdirbt schnell. Folgende Verfahren sorgen für längere Haltbarkeit:
  - Pasteurisation: Erhitzen auf 75 bis 80 °C während 15 bis 30 Sekunden oder auf 92 °C während 4 bis 15 Sekunden, danach schnelles Abkühlen.
  - Hochpasteurisation: Haltbarmachung durch Erhitzen auf 125 bis 130 °C.
  - UHT-Verfahren (Ultra-Hoch-Temperatur): Erhitzen auf 150 °C während einiger Sekunden, anschliessend sofortige Abkühlung.
  - Homogenisierung: Die mechanische Zerkleinerung der MilCHFettkügelchen verhindert das spätere Aufrahmen. UHT-Rahm wird homogenisiert, das erübrigt sich wegen der kurzen Haltbarkeit bei den pasteurisierten Sorten.

Die Homogenisierung verhindert das Aufrahmen. Damit die Feinverteilung des MilCHFettes auch bei längerer Haltbarkeit bestehen bleibt, wird den hochpasteurisierten und ultrahoherhitzten Rahmsorten ein Bindemittel zugesetzt. Zugelassen sind nur milcheigene Inhaltsstoffe oder pflanzliche Bindemittel. Pasteurisierter Voll- und Halbrahm ist nur kurz haltbar und braucht zur Stabilisierung der Homogenität keine Bindemittel.



## Sorten:

- Vollrahm: Hochpasteurisiert oder ultrahocherhitzt, Rohrahm gibt es nur in Ortskäsereien mit eigener Rahmproduktion. Das Volumen nimmt beim Schlagen von pasteurisiertem Vollrahm um 80 bis 100 Prozent zu.
- Halbrahm: Hochpasteurisiert oder als UHT-Rahm. Das Volumen nimmt beim Schlagen um 80 bis 100 Prozent zu.
- Sauerrahm (Crème fraîche) und saurer Halbrahm: Leichte Säuerung von pasteurisiertem Voll- bzw. Halbrahm durch Milchsäurebakterien, dickflüssige bis stichfeste Konsistenz.
- Saucenrahm und Saucenhalbrahm: UHT-Vollrahm oder -Halbrahm, der sich speziell für die Zubereitung von warmen Saucen oder Suppen eignet. Enthält ein pflanzliches Bindemittel, das die Verwendung von Mehl oder Stärke unnötig macht.
- Doppelrahm: Vollrahmiger Geschmack, dickflüssige bis stichfeste Konsistenz.
- Kaffeerahm: UHT-Rahm mit mindestens 15 % Milchfett. Stabilisatoren verhindern das Ausflocken bei Kontakt mit Säuren (z. B. Gerbsäure im Kaffee).

## Haltbarkeit:

- Hersteller sind dazu verpflichtet, das Mindesthaltbarkeitsdatum oder das Verbrauchsdatum auf der Verpackung anzugeben.
- Past-, Hochpast- und UHT-Rahm nach dem Öffnen der Packung immer im Kühlschrank aufbewahren.



## Verwendung:

- Vollrahm und Halbrahm:
  - Flüssig für Saucen, zu Beeren oder zum Backen.
  - Als Schlagrahm für Garnituren oder als Zutat für Crèmes, Mousses, Terrinen, Saucen und Suppen.
  - Vollrahm ist kochfest und bedingt säurebeständig, Halbrahm ist hitze- und säureempfindlich.
  - Tipp: Vollrahm lässt sich bei ca. 5 °C am leichtesten schlagen. Halbrahm vor dem Schlagen ca. 15 bis 20 Minuten im Tiefkühler lagern, grosse Mengen portionenweise verarbeiten, erst nach dem Schlagen süssen.
- Sauerrahm und saurer Halbrahm:
  - Zum Verfeinern von Saucen und Suppen, als Zutat für Dips, zu geschwellten Kartoffeln, für Gratins, Wähen, Desserts, im Müesli, zu Früchten und Beeren.
  - Sauerrahm und saurer Halbrahm sind kochfest und säurebeständig, jedoch nicht schlagbar.
- Saucenrahm und Saucenhalbrahm:
  - Ideal für Saucen, Suppen, Gratins und Aufläufe, als Zutat für Wähenguss.
  - Saucenrahm und Saucenhalbrahm sind kochfest und säurebeständig.
- Doppelrahm:
  - Für Saucen, Suppen, Füllungen, Desserts, zu Beeren und Früchten, als Ersatz für Schlagrahm.
  - Kochfest und säurebeständig, jedoch nicht schlagbar. Hat eine gute Bindungsfähigkeit und macht Mehl oder Stärke unnötig.



- Kaffeerahm:
  - Nur für Kaffee oder Tee.
  - Nicht zum Kochen geeignet, ist hitze- und säureempfindlich und nicht schlagbar.
- Rahm enthält Laktose. Für Personen mit Milchzuckerunverträglichkeit gibt es im Handel laktosefreien Rahm.

