

# GUTES FLEISCH

Thomas Ruhl, Wolfgang und Stephan Otto

Warenkunde, Stories, Grundrezepte und kreative Küche



Edition   
Port Culinaire

Edition  
Fackelträger



Ein nahezu autarker Bauernhof im karibischen Raum. Hier werden Tiere mit individuellen bäuerlichen Charakteren gezüchtet.

Ein reiner Fleischfresser, ein Carnivor, ist der Mensch natürlich nicht. Aber ein Allesfresser mit besonderer Fleischslust. Zumindest den meisten Menschen geht es so. Geboren als Jäger und Sammler hat sich unser gesamter Organismus auf den Verzehr abwechslungsreicher Nahrung eingestellt. Wie bei allen Primaten – ich glaube, der Gorilla ist die einzige Ausnahme – steht tierische Nahrung mit auf dem Speiseplan. Bei aller Liebe zum Fleisch dürfen wir jedoch den Respekt vor dem Leben nicht verlieren. Respekt- und skrupellos ist die industriell anmutende Produktion von Fleisch. Viel muss es sein, und vor allem darf es nichts kosten. Denn jeder möchte sich jeden Tag ein Schnitzel leisten können. Fleischtheken im Billigsupermarkt und Supersonderangebote zwingen den Markt, minderwertiges Fleisch zu produzieren. Kostendruck führt zu Fleischskandalen und geschmackloser Ware. Grundsätzlich gilt: Es ist nicht möglich, ein gutes Lebensmittel zu einem sehr günstigen Preis zu produzieren. Angesichts der Massentierhaltung verstehe ich sehr gut, dass einige Menschen aus „humanitären Gründen“, wenn ich diesen Begriff hier mal verwenden darf, zu Vegetariern werden. Und gäbe es nicht auch die andere Seite der Tierhaltung, eine Gegenbewegung, die Rückbesinnung auf traditionelle Tierzucht, würde ich sicher auch das Reich der Carnivoren verlassen. Dieses Buch ist daher all denen gewidmet, die darauf achten, dass sie nur gutes Fleisch verwenden und die Fleischtiere in guter Qualität so produzieren, dass eine artgerechte und würdige Haltung gewährleistet ist. Mit Respekt vor dem Leben! Dieser Respekt entsteht immer aus dem Konflikt eines Bauern oder Züchters zwischen der Liebe zum Tier und dem Zwang, es töten zu müssen. Aus diesem Konflikt heraus wird er dafür Sorge tragen, dass die Tiere bis zum besagten Zeitpunkt ein schönes Leben führen. Solche Menschen werden sie auf den nächsten Seiten kennenlernen und mit uns besuchen. Ihre Produkte haben wir zu einigen der besten Köche unseres Landes gebracht, die damit Rezepte entwickelt haben und das vorstellen, was Fleisch sein soll. Ein Lebensmittel, das man mit hohem Genuss und ohne schlechtes Gewissen verzehren kann. Kaufen und essen Sie bitte lieber weniger, aber dafür nur gutes Fleisch!

Gemeinsam mit unseren Freunden, den Brüdern Otto, möchten wir uns besonders bei all den Köchen bedanken, die an diesem Buch mitgearbeitet haben. Trotz ihrer engen Terminpläne und dem intensiven zeitlichen Engagement in ihren Restaurants haben sie Zeit geopfert, um all die herrlichen Rezepte für dieses Buch zu entwickeln und für uns zu kochen. Das macht uns stolz. Natürlich gilt unser Dank auch all den Produzenten, die uns so freundlich empfangen haben und uns über ihre Tätigkeit informierten.

Ihnen nun viel Spaß mit diesem Buch.

Thomas Ruhl

WILLKOMMEN IM

LAND DER CARNIVOREN

002	Willkommen im Land der Carnivoren
004	Die Starköche
012	Inhalt
014	Gutes Fleisch
<b>020</b>	<b>Rinder. Vom wichtigsten Nutztier des Menschen</b>
022	Die wichtigsten Rinderrassen
024	Vergleich des amerikanischen und europäischen Rinderzuschnitts
026	Rinderzuschnitte
036	Kalb
<b>038</b>	<b>Von Steaks und Dinosauriern – die New York Meat Expedition</b>
040	Die amerikanische Rinderindustrie
042	Steaks so groß wie bei den Flintstones
044	Schwein gehabt!
<b>046</b>	<b>Peace in the Valley – Die Dan Morgan Ranch</b>
048	Go west
050	Wagyu, Japaner erobern den Wilden Westen
052	The Apostles of Knowledge
054	Howdy! About blue grass & switch grass
056	Feedlot – all you can eat
058	Cattle sale
060	Beauty Saloon
062	Slaughter House
<b>064</b>	<b>Rezepte von Klaus Erfort</b>
	Wagyu-Rinderfilet in Rotwein pochiert mit Zwiebelcrème und Rotweinjus
066	Schulter vom Wagyu-Rind mit Selleriepüree und Steinpilzen
<b>068</b>	<b>Rezepte von Harald Wohlfahrt</b>
	Sauté vom Wagyu-Rinderfilet mit gebratenem Broccoli, Maccadamianüssen und Sojasprossen
070	Geschmortes Schulterschmelz vom Wagyu-Rind mit Kartoffel-Steinpilz-Tourte an Trüffeljus
<b>072</b>	<b>Irish Food Experience</b>
074	Return of the dry-age!
076	Pleased to meat you!
078	Extra dry
<b>080</b>	<b>Rezept von Volker Drkosch</b>
	Tatar und rosa gebratenes Entrecote vom irischen Rind mit Steinpilzen, glasierter Feige und Parmesanluft
<b>082</b>	<b>Rezept von Nils Henkel</b>
	Teriyaki vom Simmentaler Rind mit gelber Linsensauce und gebratenem Gemüse
<b>084</b>	<b>Don Panzano (Das Chianina-Rind)</b>
086	Chianti e carne
088	Weißer Riese
<b>090</b>	<b>Rezept von Cornelia Poletto</b>
	Bistecca alla Fiorentina vom Chianina-Rind

## NHALTSVERZEICHNIS

<b>092</b>	<b>Graue Eminenz. Beim Grauvieh in Graubünden</b>
094	Seit dreitausend Jahren
<b>096</b>	<b>Rezept von Dieter Müller</b>
	Bäckchen und Filet vom Grauviehkälb mit Balsamicojus auf gebratener Semmelschnitte mit Spitzkohlroulade und Vanillekarotten
<b>098</b>	<b>Rezept von Bernd Ackermann</b>
	Roulade vom Engadiner Grauvieh-Kalbsfilet im Eiweißmantel mit iranischem Osietra-Kaviar, Mönchsbartgemüse, Puntarellesprossen und Pinienkernschaum
<b>100</b>	<b>Rezept von Christian Bau</b>
	Dreierlei vom Milchkalb mit Blumenkohl und Sherryessig
<b>102</b>	<b>Tatanka, von den Bisons in der amerikanischen Prärie</b>
104	Amerikanischer Bisonzuschnitt
<b>106</b>	<b>Wild, wild Bison</b>
108	Mighty old bull
110	Walk on the wild side
<b>112</b>	<b>Rezepte von Kolja Kleeberg</b>
	Bisonroastbeef in Bramatakruste mit gegrillten Steinpilzen und Essigzweitschgen
114	Bisonroastbeef mit Vadouvan rückwärts gebraten, Maisbrotcrostino mit geröstetem Mais, gedörrte Tomate mit Majoranhonig und Tomatenessigjus
<b>116</b>	<b>Rezepte von Patrick Coudert</b>
	Entrecote vom amerikanischen Bison unter feiner Schalotten-Kräuter-Kruste mit Bärlauch-Basilikum-Butter
118	Geschmorte Bisonschulter in gewürzter Lebkuchensauce
<b>120</b>	<b>Schweine, vom Lieblingsprodukt der Deutschen</b>
122	Die wichtigsten Schweinerassen
126	Schweinezuschnitte
134	Ibérico-Schweinezuschnitt
136	Milch- oder Spanferkel?
<b>138</b>	<b>Das Reich der schwarzen Schweine</b>
140	Bellotas, Eicheln auf dem Prüfstand
142	Sehr nette Leute, diese Tiere
144	Kontrolle mit Pferdefuß
<b>146</b>	<b>Rezept von Juan Amador</b>
	Solomillo vom Ibérico-Schwein mit Rotkohlsaft, Senf und Essigäpfeln
<b>148</b>	<b>Rezepte von Nils Henkel</b>
	Filet vom Ibérico-Schwein im Speckmantel mit Anchovisjus und Lauchpüree
150	Geschmorter Pulpo mit Schweinebauch, Lorbeerjus und Speckerbsen
<b>152</b>	<b>Rezepte von Patrik Kimpel</b>
	Confierte Pluma in Olivenkräuteröl, gratinierter Lomo mit Schalottenmus, Bohnenkernen und Chorizojus
154	Geschmortes Ibérico-Schweinebäckchen mit Kartoffelblutwurst-Roulade und Apfel-Meerrettichschaum
<b>156</b>	<b>Rezepte von Joachim Wissler</b>
	Porc Tatar, Apfel-Austern-Lasagne, D'Aquitainekaviar und grüner Apfel

158	Warmes Carpaccio vom versteckten Filet (Secreto), Sepiasalat mit Wildblüten und Kräutern, Sphärisches Bohnencassoulet
160	Angegrillte Schulter vom Eichelmastrschwein mit Bergwiesenhheu aromatisiert, Lardo-Nuggets und Steinpilze, Muskatkürbissalat süßsauer, Feldsalatpesto
162	Schulter und Esspapier vom Ibérico-Eichelmastrschwein, Mandelcrème, Rosenkohl und Räucheraal
<b>164</b>	<b>Wollschweine</b>
166	Borstenvieh und Schweinespeck
<b>168</b>	<b>Rezept von Denis Feix</b>
	Mangalitz-Schweinerücken mit geschmortem Chicorée und Perlzwiebeln
<b>170</b>	<b>Rezept von Christian Bau</b>
	Zweimal Schwein, roter Gamberoni & Osietra-Kaviar
<b>172</b>	<b>Lamm, zunehmend wieder beliebt</b>
174	Die wichtigsten Lammrassen
178	Lammzuschnitte
<b>180</b>	<b>Irish Farms &amp; Irish Lamb</b>
182	Bio-Pioniere
186	Qualitätssicherungssysteme
<b>188</b>	<b>Rezepte von Volker Drkosch</b>
	Irischer Lammrücken – rosa gebraten – mit marinierten Gurken, konfiertem Aubergine und Tandoorijoghurt
190	Gebratene irische Lammleber mit Rucolapüree, eingemachten Mispeln, kandierten Oliven und Espresso
192	Geschmorte irische Lammschulter mit Bleu de Gasse, Zucchini Blüten und Gemüseemulsion
<b>194</b>	<b>Müritz, ein Himmelreich fürs Lamm</b>
196	Der Lammflüsterer
<b>198</b>	<b>Rezepte von Marco Müller</b>
	Geschmorte Müritzer Lammschulter auf Pulpo-Gemüse-Cassoulet
200	Müritzer Lammkeule mit Weinbergschnecken und Paprika-Olivenöl-Eis
<b>202</b>	<b>Lucky Lamb – Lucki Maurer und sein Schergengruber Lamm</b>
204	Neue Ideen auf historischem Boden
206	Norfolk und Tirol – eine perfekte Mischung
<b>208</b>	<b>Spaniens Norden: Schöne Aussichten vom Moncayo</b>
210	Engel und Hirte
212	Neues Leben
<b>214</b>	<b>Alles Roger, Rabbit? Von Stallhasen und Sterneköchen</b>
216	Kaninchenzucht mit Respekt vor dem Tier
218	Die Geschichte vom fleißigen Herrn Faul
220	Angsthasen und Familienbande
222	Von der Mentalität des Genuß
224	Die wichtigsten Kaninchenrassen, die Hybriden
226	Fleischzuschnitt beim Kaninchen

<b>228</b>	<b>Rezepte von Christopher &amp; Alejandro Wilbrand</b>
	Carpaccio vom Kaninchenrücken mit Wiesenkräutern, Oliven-Pastinaken-Mille-Feuille und Löwenzahn im Kartoffelmantel
230	Kaninchenrücken auf geschmorter Schweinebrust, Saltimboccapitzen vom Chicorée mit Chorizo-Escabeche
232	Törtchen von geschmorter Kaninchenschulter mit Pfifferlingen, Tarte von Rotweinzwiebeln und Apfel-Pfeffer-Pesto
234	Roulade vom Kaninchen in der Pfefferwürze mit Couscous, Karotten-Ingwer-Püree und Süßholzjus
236	Geschmorte Kaninchenkeule auf Pfeffernudeln und Brennesselblattgemüse im Rosmarinaufguss
<b>238</b>	<b>Geflügel</b>
240	Poulet – küchenfertig zubereiten
<b>246</b>	<b>Auf Augenhöhe. Zwei Legenden. Der Chapon de Bresse und Maître Jean Claude Mieral</b>
248	Poulet de Bresse
250	Contrôle
252	Chapon de Bresse
<b>254</b>	<b>Rezept von Eckart Witzigmann</b>
	Pochiertes Bresse-Huhn mit Gemüse
<b>256</b>	<b>Rezept von Thomas Bühner</b>
	Coq au vin
258	Perlhuhn – küchenfertig zubereiten
262	Gefülltes Mieral-Perlhuhn
264	Perlhuhnkeule in Olivenöl mit exotischen Gewürzen geschmort
266	Taube – küchenfertig zubereiten
<b>270</b>	<b>Auf dem Faulhof ist was los</b>
<b>272</b>	<b>Rezept von Eckart Witzigmann</b>
	Bresse-Taube aus der Schweinsblase mit Artischocken
<b>274</b>	<b>Rezept von Thomas Bühner</b>
	Taubenbrust im Sud exotischer Gewürze geschmort
276	Wachtel – küchenfertig zubereiten
<b>280</b>	<b>Rezept von Jörg Müller</b>
	Wachtelterrinen mit Gänseleber und Apfelsalat
282	Ente – küchenfertig zubereiten
<b>284</b>	<b>Rezept von Jörg Müller</b>
	Entenbrust auf Chicorée und Orangensauce
286	Gans – küchenfertig zubereiten
<b>290</b>	<b>Rezept von Klaus Erfort</b>
	Gänsestopfleber mit gepfeffertem Ananas und grünen Mandeln
292	The 1x1 of perfect meat – oder: Die hohe Kunst perfekten Fleisches
294	Die Garverfahren: Niedertemperaturgaren, Sous-Vide-Garen, Braten, Grillen, Kochen, Dünsten, Schmoren, Dämpfen, Frittieren, Backen, Panieren, Panaden
303	Grundrezepte
306	Fonds
308	Port Culinaire
312	Impressum

Rinder gehören neben Schweinen und Schafen zu den ersten Haustierrassen. Im 9. Jahrtausend vor Christus wurde in der Jungsteinzeit der Auerochse domestiziert. Die ersten domestizierten Auerochsen stammen aus Anatolien und dem Nahen Osten. Ursprünglich rein des Fleisches wegen wurden die ersten Hausrinder später auch wegen ihrer Milch und als Zugtiere für den Ackerbau gehalten. So haben sich im Laufe der Zeit ca. 100 domestizierte Rinderrassen entwickelt. Der überwiegende Teil hat nur regionale Bedeutung, nur ganz wenige Rassen haben es zu Rassen von globaler Bedeutung geschafft. Die Rinderrassen werden entsprechend ihrer Nutzung klassifiziert. Für dieses Buch interessant sind die Fleischrassen, daneben gibt es die Zweinutzungsrasen (Fleisch und Milch), reine Milchrasen und die Arbeitsrasen.

Die Fleischrassen zeichnen sich durch einen hohen Fleischertag aus. Zum einen weisen sie in der Regel größere Muskeln auf als andere Rinderrassen, zum anderen sind sie gute Futtermittelverwerter, die das Futter optimal in Wachstum umsetzen können. Als beeindruckendes Beispiel sei das Chianina-Rind genannt. Die Bullen werden bis zu 180 Zentimeter groß und werden in der Regel bis zu 1.500 Kilo schwer. Ein Prachtexemplar stellte 1955 der Chianina-Stier „Donetto“ in Arezzo dar mit einem bis heute gültigen Rinder-Gewichtrekord von 1.740 Kilo.

Daneben zeichnen sich ein Teil der Fleischrassen auch durch die Fähigkeit aus, im Muskel viel intramuskuläres Fett zu bilden. Tierisches Fett, welches in den letzten 30 Jahren unter einem schlechten Licht gestellt wurde, findet heute wieder Einzug in die Ernährung. Unter Gesundheitsaspekten wurde festgestellt, dass es bei artgerechter Haltung neben

gesättigten Fettsäuren auch einen hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren aufweist, und der Fleischliebhaber weiß schon immer, dass eine hohe Marmorierung des Fleisches gleichbedeutend ist mit Zartheit, Saftigkeit und Geschmack. Hier ist sicherlich als herausragende Rasse das Wagyu-Rind zu nennen, welches bei intensiver Fütterung eine Marmorierung im Fleisch bildet, die von keiner anderen Rasse auch nur annähernd erreicht werden kann. Als weitere Rassen mit der Fähigkeit, intramuskuläres Fett zu bilden, sind Hereford und Angus zu nennen.

Neben den Rasseeigenschaften werden auch noch Alter und Geschlecht hinzugezogen, um ein Rind zu beschreiben. Bis zu einem Alter von einem Jahr wird das Rind Kalb genannt. Milchkälber sind bis zu sechs Monate alt und ernähren sich in dieser Zeit fast ausschließlich von Muttermilch. Nach einem Jahr ist ein Rind geschlechtsreif und ausgewachsen. Männliche Tiere bis zwei Jahren werden Jungstier oder Jungbullen, die weiblichen jungen Tiere, die noch nicht gekalbt haben, werden Färsen genannt. Der kastrierte Stier ist der Ochse. Kühe, die gekalbt haben, sind Mutterkühe.

Insgesamt werden heute knapp eine Milliarde Rinder gehalten, wovon etwas mehr als 292 Millionen 2008 geschlachtet wurden. Die herausragende Stellung des Rindes als Fleischlieferant für den Menschen hat auch dazu geführt, dass sich in den Ländern, die ideale Voraussetzungen für Rinderzucht mitbringen, eine Rindfleischkultur entwickelte, die Aufzucht, Reifung und Essvergnügen umfasst. Beispielhaft sei die USA genannt, die zwar aufgrund ihrer jungen Geschichte erst seit 150 Jahren Rinderzucht betreiben, dies aber mit ausgeklügelten Fütterungsprogrammen. Ausgehend von einem hervorragenden

Grundprodukt werden die Grenzen der Fleischreifung ausgereizt – insbesondere die Reifung am Knochen, – und die nordamerikanische Steakhouse-Kultur findet weltweit Nachahmung.

Die Rindernationen Brasilien und Argentinien führen mit dem Restaurant-Typ der Churrascarias, in denen an bis zu ein Meter langen Spießeln gegrilltes Rindfleisch direkt am Tisch des Gastes aufgeschnitten wird, die Esskultur der Gauchos, der südamerikanischen Cowboys, weltweit fort. Aufgrund der von jeher hohen Bevölkerungsdichte wurden in Deutschland die Flächen schon früh für den ertragreicheren Ackerbau genutzt. Die heimischen Rassen waren traditionell Zweinutzungsrasen, die in Stallhaltung schon früh ihrer artgerechten Haltung entwöhnt wurden (Ausnahmen bestätigen die Regel). Die Haltung von reinen Fleischrassen hat sich in Deutschland nie richtig durchsetzen können. Besucher aus den USA, die in Deutschland Rindfleisch essen, schütteln oftmals nur den Kopf über die Steak-Qualität, die in den Restaurants angeboten wird. Führende deutsche Steakhäuser beziehen ihr Fleisch entweder aus Südamerika oder aus den USA.

Das Angebot an gutem Rindfleisch ist reichlich. Wenn man auch manchmal etwas danach suchen muss. Ob Sie nun gute Qualitäten aus Deutschland oder Top-Qualitäten aus dem Ausland bevorzugen, achten Sie beim Einkauf auf die Qualitätskriterien für gutes Fleisch: (Fleisch-) Rasse, Fütterung, Schlachtag, Reifung sowie Herkunft, dann können Sie genussvoll essen, was in ärmeren Zeiten nur den Fürsten und Königen vorbehalten war.

Fleisch, Milch, Arbeit, Blut, Leder, Fell, Knochen – das alles liefern Rinder.

Damit sind sie sicher die wichtigsten Nutztiere des Menschen.



Rotes Wagyu-Kalb

# RINDER. VOM WICHTIGSTEN NUTZTIER DES MENSCHEN

Stephan Otto



## Morgan Ranch, Nebraska

„From Pasture to Plate“ – „Von der Weide bis zum Teller“ ist ein beliebter Slogan der amerikanischen Fleischindustrie. Nachdem wir uns in New York den Teller angeschaut hatten, ging es nach Burwell, Nebraska. Dort wollten wir die Weiden der Morgan Ranch besichtigen. Der Flug von New York über Chicago nach Omaha dauert viereinhalb Stunden. Dass man in Nebraska im Steakland ist, erkennt man bereits am Flughafen. Schon vor den Gepäckbändern befindet sich ein Stand von Omaha Steaks, an dem tiefgefrorene Steaks an die Fluggäste verkauft werden. Meine Frage, wie denn die Kühlkette aufrechterhalten wird, beantwortet die nette Dame kurz damit, dass die Steaks im Karton bis zu zwölf Stunden gefroren bleiben. Dann wäre ich ja sicherlich schon zu Hause. Da wir aber ja auf dem Weg zur Steakquelle auf der Morgan Ranch sind, kaufe ich keine Steaks. Wir holen unseren Mietwagen und fahren guter Laune weitere viereinhalb Stunden zur Morgan Ranch.

Daniel Morgan oder auch Dan Morgan oder, wenn man auf der Ranch ist, auch Danny Morgan, betreibt mit seinem Bruder Ron und seinem Neffen Patrick die Morgan Ranch. Unterstützt werden sie noch von ihrer Schwester Jeanne sowie ihrer Mutter Doris. Es handelt sich also um einen waschechten Familienbetrieb. Die vier Häuser, die die Morgans bewohnen, sind schön verteilt auf dem Anwesen. Einsamkeit ist hier kein Thema. Seit 75 Jahren bewirtschaften die Morgans die Ranch. Sie ist heute einer der besten Zuchtbetriebe in den USA.

Anfang der 1990er Jahre wurde Dan von den Nachbarn belächelt, als er mit den ersten Wagyu (auch als Kobe bekannt) anfang. Niemand kannte diese Rinderart und optisch entsprachen sie eigentlich nicht den Vorstellungen eines prämierten Fleischrindes. Aber als Dan dann die ersten Tiere zum Schlachthof brachte und sich die Fleischqualität herumsprach, entwickelte sich der Respekt, der einem heute überall entgegenschlägt, wenn man von der Morgan Ranch spricht.

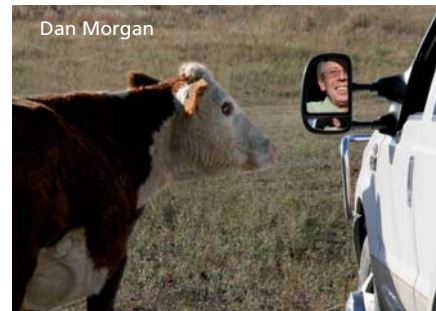
# WAGYU,

## JAPANER EROBERN

## DEN WILDEN WESTEN

Die Morgan Ranch liegt in den Sandhills von Nebraska. Die Landschaft ist leicht hügelig mit relativ wenig Baumbestand. Am Nachmittag sind wir auf der Ranch. Wir werden von Dan und Doris Morgan begrüßt. Man wundert sich, dass wir schon da sind, weil ich mich normalerweise verfare und eher fünf Stunden unterwegs bin. Nachdem wir einen Eistee getrunken haben, erläutert uns Dan den Plan für unseren Aufenthalt. Den sonnigen Nachmittag werden wir nutzen, um noch eine kleine Rundfahrt auf der Ranch zu machen und uns eine Herde Wagyu anzuschauen. Am nächsten Vormittag müssen ca. 50 bis 60 Wagyu-Tiere zusammengetrieben werden, danach dieselbe Anzahl an Hereford-Rindern. Nachmittags fahren wir dann zum Feedlot. Mittags und abends wird gegrillt.

Nach dieser Ankündigung gehen wir mit Dan zum Cowboy Cadillac (Synonym für Pickup-Truck) und fahren los. Die hügelige Landschaft ist ideal, um die Tiere in natürlichen Gehegen zu halten. Die Morgan Ranch ist ca. 50 Quadratkilometer groß. Dan hält auf dieser Fläche ca. 2.500 Rinder. Fährt man nun die Ranch ab, sieht man mal hier und mal da ein paar Tiere. Eine große Herde mit Hunderten von Rindern gibt es nicht. Alles erscheint sehr verstreut. Natürlich existiert eine Ordnung in dem System. Mutterkühe stehen mit Kälbchen, die Stiere stehen ganz separat, Wagyu, Angus und Hereford sind getrennt. Die Zeit geht schnell vorbei und um 17.00 Uhr fahren wir zurück zum Haus.



Die Sand Hills in Nebraska. Die Menschen leben hier einfach, aber zufrieden. Gelassenheit prägt den Charakter.

Rezept für 4 Personen

600 g pariertes Wagyu-Rinderfilet  
Salz und Pfeffer  
2 l Rotwein  
Wacholderbeeren  
Rosmarin  
Thymian  
Pfefferkörner  
1 Knoblauchzehe  
2 Schalotten  
Fleur de sel

2 grob gewürfelte Schalotten  
4 grob gewürfelte Champignons  
10 Pfefferkörner  
etwas kalte Butter  
50 ml Portwein  
400 ml Kalbsjus

3 fein gewürfelte Gemüsezwiebeln  
Olivenöl  
Salz  
Zucker  
1 Gewürzsäckchen (Pfefferkörner,  
Wacholder, Thymian, Knoblauch)  
60 g Crème fraîche  
50 g fein gewürfelter gerösteter  
Bauchspeck  
Schnittlauch

200 g kleine Pfifferlinge  
4 Kartoffelrosetten

Für den Pochierfond den Rotwein mit den genannten Zutaten um etwa 500 ml reduzieren. Das Rinderfilet mit Küchengarn binden, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 18 Minuten im Rotweinfond bei 68 °C pochieren. Anschließend ca. 6 Minuten ruhen lassen.

Für die Sauce die Schalotten, Champignons und Pfefferkörner in wenig Butter anschwitzen, mit 100 ml Pochierfond und dem Portwein aufgießen und reduzieren. Die Reduktion mit der Kalbsjus aufgießen, zur gewünschten Konsistenz einreduzieren, passieren und abschmecken.

Die Zwiebelwürfel in Olivenöl anschwitzen und mit Salz und Zucker würzen. Das Gewürzsäckchen dazugeben und abgedeckt für ca. 30 Minuten im vorgeheizten Backofen schmoren. Gewürzsäckchen entfernen. Die Crème fraîche in einem Topf leicht einkochen, die geschmorten Zwiebeln und den Bauchspeck dazugeben und mit Schnittlauch abschmecken. Das Rinderfilet in 4 Scheiben aufschneiden und auf vorgewärmtem Teller mit je 2 Nocken Zwiebelcrème, sautierten Pfifferlingen und gebacken Kartoffelrosetten anrichten. Mit der Rotweinjus umgießen und mit geschrotetem Pfeffer und Fleur de sel nachwürzen.

## WAGYU-RINDERFILET IN ROTWEIN

POCHIERT MIT ZWIEBELCRÈME UND ROTWEINJUS

KLAUS ERFORT



Als der Mensch begann, sesshaft zu werden, war neben dem Hund das Schwein das erste Haustier, das er aus wildlebenden Tieren domestizierte. Dieses hielt er zur Fleischversorgung, um es in den Wäldern nicht mehr jagen zu müssen. Während man heute davon ausgeht, dass das Hausrind seinen Ursprung in den Regionen Anatolien und Naher Osten hat, ist das Hausschwein in den verschiedensten Regionen der damals besiedelten Welt um ca. 10.500 Jahre vor Christus domestiziert worden. Fast alle heutigen Schweinerassen sind Mischungen aus verschiedenen Rassen. Unsere mitteleuropäischen Rassen entstanden aus der Kreuzung schematisierter europäischer Wildschweine und chinesischer Schweine.

Bis zum vorletzten Jahrhundert wurden die Hausschweine in Europa weitestgehend artgerecht gehalten. Als Waldtiere lebten sie entweder ganzjährig in Herden in Waldnähe, oder sie wurden zur Mastphase im Herbst in die Wälder getrieben, damit sie sich dort mit Eicheln, Bucheckern, Kastanien, Käfern, Würmern und kleinen Nagern den Bauch vollschlagen konnten.

Diese „Mastwälder“ sind bekannt als Hütewälder. Zeitweise erzielten die Eigentümer mit der Verleihung des Nutzungsrechts als Hütewald mehr Ertrag als mit anderen Nutzungen, z.B. dem Holzabbau. Der Vorzug des Schweines als Fleischquelle lag insbesondere darin, dass das Schwein ein Allesfresser ist und somit in der Regel auch in Zeiten des Notstands kein Nahrungsmittelkonkurrent zum Menschen war. Insbesondere in China, welches heute mit Abstand die größte Schweinepopulation aufweist, wurde das Hausschwein schon früh mit Abfällen gefüttert. Das Vorhandensein von Wäldern war Voraussetzung dafür, dass das Schwein insbesondere für die Mastphase genügend Nahrung hatte, ohne dass vom Menschen zugefüttert werden musste.

Dass im Vorderen Orient Schweinefleisch verpönt ist, wird heute auf eine starke Bevölkerungszunahme in der Region zurückgeführt. Durch frühe Abholzung der Wälder und die damit verbundene Versteppung und Wüstenbildung wurden die Menschen gezwungen, ihre Sesshaftigkeit aufzugeben und Nomaden zu werden. Dies wurde schwierig mit den Schweinen, die keinen natürlichen Migrationstrieb haben. Auch wurden die Schweine aufgrund des nicht ausreichenden Nahrungsangebotes auf der Wanderschaft zum Nahrungsmittelkonkurrent.

Die Stallhaltung von Schweinen begann im 18. Jahrhundert, wobei die Tiere tagsüber im Freien waren, für die Nacht wurden sie in die Ställe getrieben. Bei der Zufütterung bediente man sich der Abfälle aus der Nahrungsmittelproduktion. So wurden Reste aus landwirtschaftlicher Produktion, von Getreidemöhlen oder auch Brauereien gefüttert. Dies war abhängig vom Angebot in der Region.

Im 19. Jahrhundert hielt in Deutschland die reine Stallhaltung Einzug. Mit der Ausweitung der Landwirtschaft wurden den Schweinen Rüben und Kartoffeln zur Mast und als Winterfutter gegeben.

Heute gibt es ca. 730 Rassen, wovon 33 Rassen weltweit verbreitet sind. Bedingt spielt bei der Klassifizierung das Alter eine Rolle. So gibt es das Spanferkel, welches sich nur von Muttermilch ernährt hat und im Alter von sechs Wochen geschlachtet wird. Ältere Ferkel werden als Mastferkel bezeichnet. Ausgewachsen und geschlechtsreif ist das Schwein nach fünf bis acht Monaten.

Das Hausschwein hat weltweit eine dominierende Stellung als Fleischlieferant. Mit einem weltweiten Bestand von mehr als 772 Millionen Tieren gibt es zwar weniger Schweine als Rinder, aber aufgrund der Gebährfreudigkeit und des frühen Schlachalters wurden in 2008 mit 1,15

Milliarden Tieren fast fünfmal so viele Schweine geschlachtet wie Rinder. Mit mehr als 50 % der geschlachteten Tiere führt China die weltweite Produktion tonangebend an. Auch in Europa ist Schweinefleisch die Nummer Eins. Mit einem pro Kopf-Verbrauch von fast 39 Kilo im Jahr 2008 wird mehr als doppelt so viel Schweinefleisch gegessen wie Rindfleisch (15,9 Kilo / Jahr).

Für den Gourmet ist Schweinefleisch bisher nicht die erste Wahl gewesen. Auf den Speisekarten deutscher Sterne-Restaurants war von Ausnahmen abgesehen Schweinefleisch nicht zu finden. Die hochgezüchteten fettfreien Hybride haben zwar für den Züchter einen optimalen Ertragswert – da darf es auch einmal das eine oder andere Kotlett mehr sein – als es die ursprünglichen Schweinerassen vorsehen, aber auf der Strecke geblieben ist dabei das Genusserelebnis, insbesondere Saftigkeit und Geschmack. Nichts desto trotz erlebt Schweinefleisch seit mehreren Jahren in der Spitzengastronomie eine Renaissance. Zum einen haben sich deutsche Vermarkter für ursprüngliche regionale Schweinerassen wie das Bunte-Bentheimer oder das Schwäbisch-Hällische gefunden, zum anderen wurde das schwarze Ibérico-Schwein aus Spanien in Deutschland entdeckt. Diese alten Rassen weisen alle die Fähigkeit auf, intramuskuläres Fett zu bilden und so dem Fleisch Zartheit und Saftigkeit zu geben. Darüber hinaus werden die Ibérico-Schweine aus der Dehesa, einem riesigen Korkeicheengebiet im Südwesten Spaniens, traditionell extensiv gehalten und in der Endmast mit Eicheln gefüttert. So erhält das Fleisch einen angenehmen nussigen Geschmack, wie ihn sehr wahrscheinlich unsere Vorfahren vor 200 Jahren kannten. Die Farbe ist kräftig rot, und das Fleisch erinnert vom Ansehen eher an Rindfleisch als an uns bekanntes hellrosa Schweinefleisch.



Bei diesem Hausschwein eines Bauern in der Karibik kann man noch sehr deutlich die Abstammung vom Wildschwein erkennen.



## SCHWEINE, VOM LIEBLINGS- PRODUKT DER DEUTSCHEN

	Geschlecht	Mastzeit	Gewicht
<b>Ente (Frühmast)</b>	männlich weiblich	6–8 Wochen	bis 2 kg
<b>Ente (Spätmast)</b>	männlich weiblich	20–24 Wochen	2–3 kg
<b>Flugente</b>	männlich weiblich	10–11 Wochen 9 Wochen	4–5 kg 2,5 kg
<b>Pekingente</b>	männlich weiblich	7–8 Wochen 7–8 Wochen	2,3–2,8 kg 2,5 kg
<b>Gans</b>		Schnellmast 9 Wochen	4,5–5,5 kg
		Intensivmast 15–16 Wochen	5,5–6,5 kg
		Extensiv/ Weidemast 20–32 Wochen	6,5–7,5 kg
<b>Wachtel</b>		5–6 Wochen	165 g
<b>Taube</b>		28 Tage	300–600 g
<b>Perlhuhn</b>		10–12 Wochen	1,3–1,6 kg
<b>Stubenküken</b>	meist männlich	3–5 Wochen	200–600 g
<b>Masthähnchen</b>	männlich weiblich	5–6 Wochen	0,8–1,2 kg
<b>Maishähnchen</b>	männlich weiblich	Fütterung mit Mais, daher gelbliches Fleisch	0,8–1,2 kg
<b>Poularde</b>	weiblich	7–12 Wochen	1,2–2,5 kg
<b>Maispoularde</b>	weiblich	Mastform des Maishähnchens	mind. 1,2 kg
<b>Suppenhuhn</b>	weiblich	12–15 Monate	1,0–2,0 kg
<b>Kapaun</b>	junger kastrierter Masthahn	nach 8 Monaten	bis zu 3,5 kg

Poulet ist der französische Begriff für ein junges Hühnchen. Das A.O.C. Bresse Poulet hat ein Mindestalter von vier Monaten und wird nach der Freilandzucht für acht bis 15 Tage in der Epinette (einem Holzkäfig) gehalten. Dort wird es speziell mit Mais und Rahm gefüttert. Wird das Poulet mindestens einen Monat in der Epinette gemästet, dann darf es Poularde genannt werden. Das Mindestalter bei der Schlachtung beträgt dann fünf Monate. In Deutschland dürfte das A.O.C. Bresse Poulet übrigens auch unter dem Begriff Poularde verkauft werden, da das für diese Bezeichnung notwendige Mindestschlachtgewicht von 1.200 Gramm immer erreicht wird. Das A.O.C. Bresse Poulet hat bei Schlachtung in der Regel ein Gewicht von zwei Kilogramm.

**P**  
OULET



Geflügel, das im Federkleid geliefert wird, muss vor der Zubereitung gerupft und mit einem Bunsenbrenner gesengt werden, um Federflaum zu entfernen. Beim Rupfen darauf achten, dass das Geflügel nicht zu warm ist. Ansonsten reißt beim Rupfen die Haut und das Fettgewebe leicht vom Muskelfleisch ab. Das Poulet unter fließendem, kaltem Wasser gründlich abwaschen und mit einem Küchentuch (Kochwäsche!) abtrocknen. Alternativ können auch Einweg-Küchentücher aus Zellstoff verwendet werden. Zum Schluss sollte man eventuell in der Haut verbliebene Federkiele mit einer Grätenpinzette entfernen.

2b. Abgetrennter Teil des Flügels

2. Flügel

3. Keule mit Fuß

### 2. Flügel

Die Flügel am Ellenbogen abspreizen und durchtrennen. So verbleibt der Flügelknochen an der Brust des Poulets. Die Innereien mit der Hand aus der Körperhöhle entfernen, unter fließendem



1a. Kopf mit Hals

### 1a. Kopf und Hals

Kopf und Hals mit einem Fleischbeil vom Rumpf trennen, den Kamm abschneiden, putzen und zum Kochen vorbereiten. Aus der Halsöffnung Fett und Drüsen mit der Hand auslösen und mit dem Messer abtrennen. Entsorgen.

### 1b. Kamm

Den Kamm abschneiden, putzen und zum Kochen vorbereiten. Den Rest entsorgen. Der Kamm kann zur Herstellung von Saucen oder Fonds verwendet werden. Im asiatischen Raum gilt der Kamm als besondere Delikatesse. Frittiert kann er zur Garnitur von Speisen genutzt werden.

1b. Kamm

2b. Abgetrennter Teil des Flügels

1a. Kopf mit Hals

2a. Flügel

4. Karkasse mit Brust, ohne Keulen und Flügel

3. Keule mit Fuß

Wasser abspülen und für die weitere Verwendung (Nieren, Leber, Herz) putzen. Nieren müssen vor der Zubereitung sorgfältig gewässert werden. Verwendung: Die Flügel enthalten nur einen relativ geringen Fleischanteil. Sie sind

daher für sich allein genommen nicht sehr sättigend. In einer klassischen Panade aus Ei und Mie de Pain, im heißen Fett ausgebacken, machen sie sich aber gut aus einer Vorspeisenplatte mit verschiedenen Dips.