



Herkunft • Qualität • Kontrolle

FLEISCH GUIDE



Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

 Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

 LE 14-20
Entwicklung für den Ländlichen Raum



Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investiert Europa in
die ländlichen Gebiete.



Vorwort	3
Die 4 Österreichischen Gütezeichen	4
Mit AMA-Gütesiegel „premium Schwein“ auf Nummer sicher	6
Transparenz und Kontrolle schaffen Vertrauen	8
Etiketten – Was muss gekennzeichnet werden?	9
Qualitätskriterium Futter	12
Qualitätskriterium Genetik	14
Qualitätskriterium Fett	16
Fehlerlos einkaufen	18
Die richtige Lagerung	20
Vor- und Zubereitung	22
Karkasse Teilstücke	24
Rezepte	48
Pork-Buddies	80
Von Schopf bis Fuß	82
Garstufen und Kerntemperaturen	83



SCHWEINEFLEISCH IST NICHT GLEICH SCHWEINEFLEISCH



Herkunft • Qualität • Kontrolle

Immer mehr Konsumenten möchten wissen, woher das Fleisch am Teller kommt. Egal ob sie beim Einkauf im Supermarkt selbst in die Kühlvitrine greifen oder sich in der Gastronomie ein Gericht mit Schweinefleisch bestellen.

Dieser Wunsch nach ausgezeichneter **Qualität mit kontrollierter Herkunft** lässt sich einfach erfüllen, nämlich mit AMA-Gütesiegel Schweinefleisch vom Qualitätsprogramm „**premium Schwein**“.

Modernste Produktionstechnik, eine flächengebundene und nachhaltige Kreislaufwirtschaft, der Einsatz von am eigenen Hof produziertem Grundfutter, sowie die artgerechte Haltung und Betreuung der Tiere sorgen bei AMA-Gütesiegel „premium Schwein“ für wesentlich strengere Produktionsrichtlinien als vom österreichischen Gesetzgeber vorgeschrieben. Diese werden durch unabhängige Kontrollstellen laufend und streng kontrolliert.



Die hohe Qualität von AMA-Gütesiegel „premium Schwein“ und das breitgefächerte Sortiment an verfügbaren Teilstücken eröffnen Ihnen die vielfältigsten Verwendungs- und Zubereitungsmöglichkeiten. Ein paar Vorschläge dazu finden Sie im Rezeptteil ab Seite 48.

*Gutes Gelingen beim Nachkochen der
Rezepte wünschen die AMA-Gütesiegel
„premium Schwein“ Bauern!*

Werner Habermann

DI Werner Habermann
Geschäftsführer EZG Gut Streitdorf eGen

DIE 4 ÖSTERREICHISCHEN GÜTEZEICHEN



Das rot-weiß-rote AMA-Gütesiegel steht für konventionell erzeugte Lebensmittel mit hoher Qualität aus Österreich:

- Die Qualitätsvorgaben sind strenger als das Gesetz.
- Die Rohstoffe stammen zu 100% von österreichischen Bauernhöfen.
- Die Be- und Verarbeitung erfolgt in Österreich.
- Mehr Natürlichkeit der Lebensmittel durch spezifische Produktionsstandards.
- Regelmäßige Kontrollen der Produkte und Betriebe durch unabhängige Prüfstellen sichern die Qualität vom Stall/Feld bis ins Geschäft.

Neben den Frischeprodukten wie Milch und Milcherzeugnissen, Eiern, Fleisch und Fleischerzeugnissen, Geflügel, Obst, Gemüse und Speiseerdäpfeln sowie Fisch und Fischerzeugnissen werden auch Be- und Verarbeitungsprodukte mit dem AMA-Gütesiegel ausgezeichnet.



Das rot-weiß-rote AMA-Biosiegel steht für biologisch erzeugte Lebensmittel mit hoher Qualität aus Österreich. Neben den Anforderungen des EU-Bio-Logos gelten folgende Kriterien:

- Die Qualitätsvorgaben sind strenger als das österreichische Gesetz und die EU-Bio-Verordnungen.
- Die biologischen Rohstoffe stammen zu 100% von österreichischen Bauernhöfen.
- Die Be- und Verarbeitung erfolgt in Österreich.
- Mehr Natürlichkeit der Bio-Produkte durch Einschränkung der Zusatzstoffe.
- Regelmäßige Kontrollen der Bio-Produkte und Betriebe durch unabhängige Prüfstellen sichern die Qualität und Herkunft der Bio-Lebensmittel vom Stall/Feld bis ins Geschäft.

In Österreich gibt es derzeit vier offiziell genehmigte Gütezeichen. Die Vergabe ist gesetzlich in der sogenannten Gütezeichen-Verordnung geregelt.



Das ÖGE-Gütezeichen für nährstoffoptimierte Speisenqualität ist das einzige staatliche Gütezeichen für die Gemeinschaftsverpflegung und wird von der Österreichischen Gesellschaft für Ernährung bundesweit vergeben:

- Optimierung und Qualitätssicherung von Speiseangeboten in Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung.
- Gewährleistung einer zielgruppengerechten, optimierten Nährstoffversorgung im Rahmen einer Teil- oder Vollverpflegung.



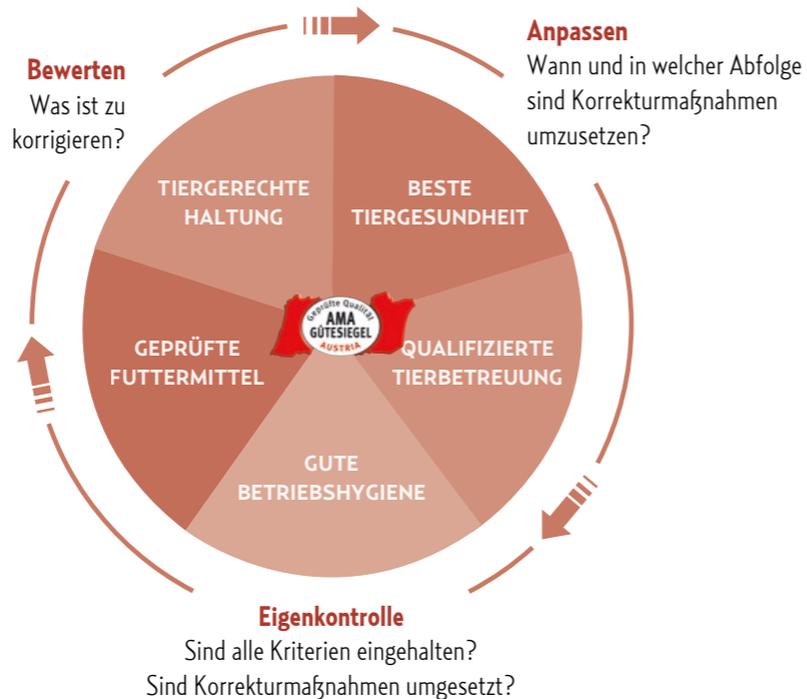
Das Austria Gütezeichen kennzeichnet – neben Produkten und Dienstleistungen – auch Lebensmittel, die folgende Kriterien erfüllen:

- Die wertbestimmenden landwirtschaftlichen Rohstoffe stammen aus Österreich.
- Be- und Verarbeitungsschritte müssen in Österreich erfolgen.
- Für nicht in Österreich herstellbare Rohstoffe gilt ein mengenmäßiger Toleranzbereich (bis maximal ein Drittel).

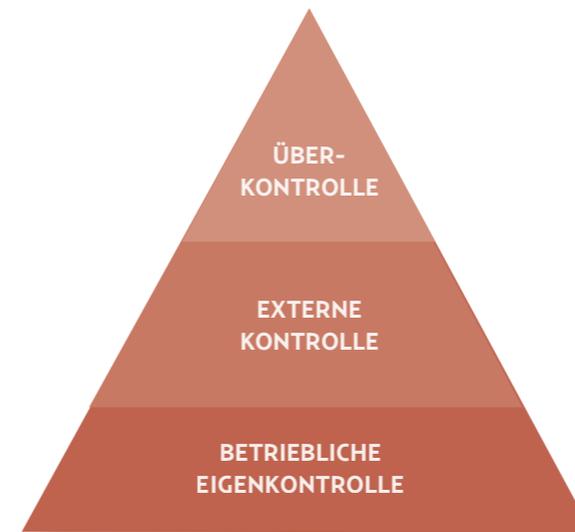
MIT DEM AMA-GÜTESIEGEL AUF NUMMER SICHER

Die Teilnahme am AMA-Gütesiegel Programm ist für den Landwirt freiwillig und mit hohen Ansprüchen an die Produktionsweise verbunden. Auf Ebene der landwirtschaftlichen Produktion ergibt das den sogenannten „Kreis der Qualitätssicherung“. Zu den Prüfkriterien zählen unter anderem die artgemäße Haltung, qualifizierte Tierbetreuung, beste Tiergesundheit, die Fütterung mit geprüften Futtermitteln und die Betriebshygiene. Weiters wird geprüft, ob und wie der Landwirt den Eigenkontrollaufgaben nachkommt und ob die verpflichtenden Betriebserhebungen durch den verantwortlichen Veterinär im Rahmen des Tiergesundheitsdienstes durchgeführt werden. Für eine zusätzliche Absicherung werden Urin-, Kot- und Futtermittelproben gezogen und in einem speziellen Labor analysiert.

KREIS DER QUALITÄTSSICHERUNG



Bei Schweinefleisch lauten die Richtlinien des rot-weiß-rotten AMA-Gütesiegels für die Sicherung der lückenlosen Herkunft: „Zu 100% in Österreich geboren, gemästet, geschlachtet und zerlegt.“ Dazu kommen die strengen Auflagen hinsichtlich Haltung und Fütterung und deren unabhängigen Kontrollen. Diese regelmäßigen und unangemeldeten Kontrollen finden auf allen Stufen der Produktion und Weiterverarbeitung bis ins Verkaufsgeschäft statt.



- ➡ **Kontrolle der Kontrolloren/-stellen**
von der AMA-Marketing beauftragt oder direkt durchgeführt
- ➡ **Unabhängige und unangemeldete Inspektionen / Audits**
zugelassene Kontrollstelle
- ➡ **Eigenkontrollecheckliste / TGD-Betriebserhebung**
vom Landwirt bzw. in dessen Auftrag durchzuführen und zu dokumentieren



TRANSPARENZ UND KONTROLLE SCHAFFEN VERTRAUEN

Gemäß der Tierkennzeichnungsverordnung sind die Tiere schon lange vor dem Transport zum Schlachthof mit der Betriebsnummer des Bauernhofes deutlich lesbar (im Schulterbereich oder außen an der Flanke) zu tätowieren. Dies ist spätestens 30 Tage vor der geplanten Schlachtung durchzuführen. Damit ist die Identifikation hinsichtlich der Herkunft der Tiere jederzeit gewährleistet. Am Schlachthof wird die Herkunft jedes einzelnen Tieres – und damit die Tauglichkeit für das AMA-Gütesiegel Programm „premium Schwein“ – noch einmal überprüft. Durch eine strikte Chargentrennung und lückenlose Kennzeichnung gibt es auch bei der Zerlegung keine Vermischung mit nicht AMA-Gütesiegel zertifiziertem Fleisch.

Sämtliche Kennzeichnungsangaben zur Herkunft von Fleisch, aber auch weiterführende Informationen müssen durch ein nicht näher definiertes Registrierungssystem hinterlegt sein. Das heißt, dass zusätzlich zur Kennzeichnung über die gesamte Herstellungskette nachvollziehbare Aufzeichnungen zu führen sind. Dies sichert das seitens der AMA-Marketing entwickelte System „sus“ für Schweinefleisch.

Von der „sus“-Kennzeichnung betroffen sind verpacktes und unverpacktes frisches, gekühltes, tiefgekühltes Fleisch und Faschiertes.

ETIKETTEN – WAS MUSS GEKENNZEICHNET WERDEN?

Verpflichtende und **freiwillige** Angaben am Beispiel eines **standardisierten „sus“-Zerlegetiketts bei Schweinefleisch**

- Angabe des Staates/der Staaten, in dem/denen das Schwein/ die Schweine aufgezogen wurde(n)
- Angabe des Staates, in dem das Schwein/die Schweine geboren wurde(n) (freiwillige Angabe) (AT steht für Österreich)
- Staat, in dem das Schwein/die Schweine geschlachtet wurde(n)
- Identifikationsnummer
- Staat/Staaten, in dem/denen das Schweinefleisch zerlegt wurde (freiwillige Angabe)
- Logo des freiwilligen Kennzeichnungs- und Registrierungssystems

Zerlegebetrieb Max Muster 1000 Musterdorf		 AT54321 EG zerklebt in: Österreich (AT)	
Fleischart/Kategorie Schweinefleisch	geboren in: --	aufgezogen in: AT	zerlegt in: --
Artikel Schopf	geschlachtet in: AT	Ident.-Nr. 143/001	
A123456			
 (01)09012345123451(10)143001			

URSPRUNG / HERKUNFT



Die verpflichtenden Angaben am Beispiel eines „bos“-Etiketts



Mögliche Angabe des Begriffs „Ursprung“

Erfolgen Geburt, Aufzucht und Schlachtung in ein und demselben Land, kann statt „geboren in:“, „aufgezogen in:“ und „geschlachtet in:“ auch der Begriff „Ursprung“ angeführt werden.



Geburt, Aufzucht und Schlachtung in ein und demselben Land

=

„HERKUNFT“ bei Rind
„URSPRUNG“ bei Schwein,
Lamm, Ziege & Geflügel

GENUSSTAUGLICHKEITS- UND IDENTITÄTSKENNZEICHNUNG

Mit dem **GENUSSTAUGLICHKEITSKENNZEICHEN**, das mittels Stempel auf Schlachthälften aufgebracht wird, bestätigt der amtliche Tierarzt, dass das Fleisch für den menschlichen Verzehr geeignet ist.

Ländercode: Das Zeichen beinhaltet die Abkürzung des Staates, in dem die Schlachtung stattgefunden hat (z. B. AT für Österreich).

Nummer des amtlichen Tierarztes, der die Genusstauglichkeit festgestellt hat, und **Zulassungsnummer des Schlachtbetriebes**

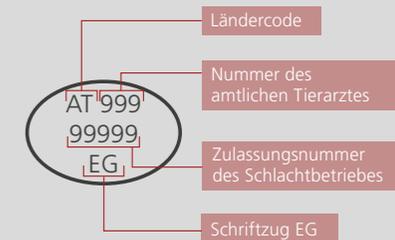
Schriftzug EG: Die Angabe „EG“ steht als Abkürzung, wenn die Schlachtung in der Europäischen Gemeinschaft erfolgt ist.

Das **IDENTITÄTSKENNZEICHEN** befindet sich auf Produkten tierischer Herkunft, die innerhalb der EG in einem zugelassenen Betrieb erzeugt werden. Dieses Zeichen weist auf eine EG-konforme Produktion und Weiterverarbeitung im Hinblick auf die Einhaltung veterinärrechtlicher Belange und Hygienerichtlinien hin.

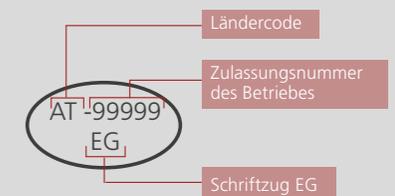
Ländercode: Das Zeichen beinhaltet die Abkürzung des Staates, in dem der letzte Verarbeitungsschritt oder die Abpackung erfolgt ist (z.B. AT für Österreich).

Zulassungsnummer des Betriebes: Mit dieser Nummer kann der letztverarbeitende Betrieb identifiziert werden.

Schriftzug EG: Die Angabe „EG“ steht als Abkürzung, wenn die Zerlegung in der Europäischen Gemeinschaft erfolgt ist.



Die beiden Zeichen geben keine Auskunft über die Herkunft/ Ursprung des Fleisches!



Die Richtigkeit der Angaben auf den Etiketten wird durch die zuständigen Behörden kontrolliert. Über die Systeme „bos“ und „sus“ gekennzeichnetes Fleisch wird zusätzlich von zugelassenen unabhängigen Kontrollorganen geprüft.



QUALITÄTSKRITERIUM FUTTER

Nicht nur der Einsatz selbst, sondern auch die Qualität der eingesetzten Futtermittel wird in den Produktionsrichtlinien klar definiert. Hier nutzt man das Regelwerk des AMA-Gütesiegels, denn der Großteil der eingesetzten Futtermittel muss im Sinne der „Flächenbindung“ vom eigenen Bauernhof stammen. Und die zugekauften Ergänzungsfuttermittel müssen ebenfalls „pastus+ zertifiziert“ (AMA-Gütesiegel tauglich) sein.

Wie kaum ein anderes Produktionskriterium bestimmt das Futter die Qualität von Schweinefleisch. Denn damit werden nicht nur der Geschmack von Fleisch und Fett, sondern auch deren Textur und Konsistenz maßgeblich beeinflusst. Speziell die sogenannte „Endmast“, bei der viel energiereiches Kraftfutter verabreicht wird, bringt hier die gewünschten Erfolge bei der heute wieder sehr erwünschten Fetteinlagerung im Muskelfleisch (Marmorierung).

Bei Schweinen, die vorwiegend mit Mais gefüttert werden, ist das Fett sehr weich, was auf den hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren (z. B. Linolensäure) im Futter zurückzuführen ist. Daher wird die Maisration in der Endmast oft größtenteils durch andere Getreidesorten ersetzt, damit das Auflagefett weiß und kernig fest wird, was etwa in der Speckproduktion essentiell ist. Durch den höheren Schmelzpunkt hat dieses Fleisch aber auch in der Pfanne und am Grill eine wesentlich bessere Formstabilität.

QUALITÄTSKRITERIUM GENETIK

Nicht nur die Haltung und Fütterung der AMA-Gütesiegel „premium Schweine“ ist relevant für die Qualität des Fleisches, sondern auch die genetische Veranlagung der Tiere, die auf den Eigenheiten der einzelnen Rassen beruht.

Das AMA-Gütesiegel Qualitätsprogramm „premium Schwein“ ist eine sogenannte „3-Rassen-Kreuzung“ aus „Deutsche Landrasse“ gekreuzt mit „Deutschem Edelschwein“, diese werden dann mit Ebern der Rasse „Pietrain“ gedeckt und diese daraus entspringenden Ferkel vereinen alle gewünschten Parameter für beste Fleischqualität.

AMA-GÜTESIEGEL „PREMIUM SCHWEIN“ VEREINT DAS BESTE AUS 3 RASSEN

Als Muttertier wird bevorzugt das Edelschwein eingesetzt. Es ist großrahmig, hat weiße Haut und Stehohren, garantiert eine hohe Zuchtleistung, hohe Tageszunahme in der Mast und eine gute Konstitution.

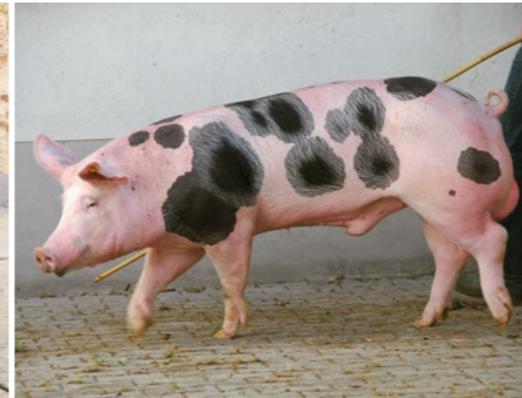
Die sonst recht ähnliche Landrasse ist an den Hängeohren zu erkennen und zeichnet sich ebenfalls durch eine sehr gute Zucht- und Mastleistung, sowie gute Konstitution aus. In der Vaterlinie wird gern das belgische Pietrain eingekreuzt, weil es für einen hohen Magerfleischanteil sorgt. Diese Rasse ist eher kleinrahmig, die Haut weiß mit schwarz-grauen Flecken. Immer häufiger werden als Zuchteber aber auch Duroc-Schweine eingesetzt, die für eine besonders gute Fleischqualität stehen. Sie sind einfarbig dunkel- bis rothaarig, weisen eine leichte Sattlung der Profillinie auf und haben kleine Hängeohren.



Deutsches Edelschwein



Deutsche Landrasse



Pietrain





QUALITÄTSKRITERIUM FETT

Mageres Schweinefleisch hat mit 2% Fettgehalt eigentlich nicht mehr Brennwert als eine Putenbrust. Aber bietet dann auch nicht viel mehr an Geschmackserlebnis. Denn Fett ist ja nicht nur selbst Geschmacksträger, sondern versorgt auch die angrenzenden Fleischpartien mit Aroma. Daher ist in der Premiumliga der Schweine-Steaks heute Fett wieder ausdrücklich erwünscht. Und zwar das kernig feste mit höherem Schmelzpunkt, das auch in der Pfanne oder am Grill Standfestigkeit beweist.

Am allerbesten natürlich als intramuskuläre, feinädrige Fetteinlagerung, die besonders wichtig für die Fleischqualität ist. Das intermuskuläre Fett hingegen – also jenes zwischen den Muskelpartien – schützt das Fleisch auch bei hohen Temperaturen am Grill oder im Backrohr vor dem Austrocknen. Das Auflagefett wiederum ist zwar ebenfalls schmackhaft, aber aus diätischen Gründen am ehesten verzichtbar. Sollte aber dennoch nie gänzlich entfernt werden, um das Steak oder den Braten saftig und in Form zu halten.

FEHLERLOS EINKAUFEN

Vertrauen ist gut – Kontrolle ist besser. Das straffe, mehrstufige Kontrollsystem bei AMA-Gütesiegel „premium Schwein“ garantiert nicht nur die lupenreine Herkunft unseres Schweinefleisches und Sicherheit auf allen Stufen der Produktion, sondern hat auch qualitativ unübersehbare Vorteile für den Konsumenten.

Einer der vordergründigsten ist die Vermeidung der sogenannten Fleischfehler durch pH-Wert-Messungen und tierärztliche Kontrolle nach der Schlachtung. Dadurch können Problem-Schlachtkörper einwandfrei identifiziert und aussortiert werden, dem Kunden erspart dies beim Einkauf unangenehme Überraschungen wie beispielsweise DFD- und PSE-Fleisch.

PSE-FLEISCH

PSE steht für pale (blass), soft (weich) und exudative (wässrig). Bei Stresssituationen kurz vor der Schlachtung kann es zu einer Adrenalinausschüttung kommen, die den Abbau von Glycogen und die Bildung von Milchsäure in der Muskulatur bewirkt. Es kommt zu einer verfrühten Ansäuerung der Muskulatur, die über die pH-Wert-Messung nachweisbar ist. PSE tritt vor allem bei stressempfindlichen Schweinen auf.

Während der Kühlung und Lagerung verliert PSE-Fleisch Saft, daraus resultieren auch verminderte Zartheit und geringere Fleischarombildung. PSE-Schweinefleisch kann in drei Tagen bis zu 15% Tropfsaft verlieren.

DFD-FLEISCH

DFD ist die Abkürzung für dark (dunkel), firm (fest) und dry (trocken). Dieser Fleischfehler wird vom Konsumenten auch als sogenanntes „Schuhsohlenfleisch“ bezeichnet. Das Fleisch ist fest, die Oberfläche ist dunkel, trocken, klebrig oder auch schmierig. Es hat ein muffiges Aroma und ist nach der Zubereitung zäh. Wegen des hohen End-pH-Wertes fällt der Effekt der „Eigenkonservierung“ weg. Das Fleisch ist daher besonders anfällig für mikrobiellen Verderb.





DIE RICHTIGE LAGERUNG

Frisches bzw. professionell gereiftes und verpacktes Schweinefleisch bleibt im Kühlschrank ohne Risiko auch einige Tage über das angegebene Mindesthaltbarkeitsdatum hinaus problemlos verwendbar und sollte dann vor der Zubereitung lediglich mit kaltem Wasser abgespült und anschließend mit Küchenkrepp abgetupft werden. Ein untrügliches Kontrollinstrument für eventuelle Anzeichen des Verderbs ist übrigens unsere Nase, der wir in diesen Dingen ruhig vertrauen sollten.

Stark verlängern kann man die Haltbarkeit des Fleisches durch zwei Maßnahmen: die Verpackung in Vakuumbutel, wodurch oxidative Reaktionen verhindert und das Keimwachstum stark reduziert wird. Und die sogenannte „Null-Grad-Zone“, die viele moderne Kühlschränke bereits anbieten. Bei Lagerung um die 1°C kann man die Haltbarkeitsdauer gegenüber der Normaltemperatur eines Eiskastens mit etwa 7°C nämlich mit dem Faktor 2 bis 4 multiplizieren.

Faschiertes jedoch sollte unbedingt immer „tagesfrisch“ verarbeitet werden, da etwaige Keime sich auf der stark vergrößerten Oberfläche des Fleisches sehr schnell vermehren können, auch wenn das Fleisch olfaktorisch (= Riechwahrnehmung) noch völlig unauffällig bleibt.

Schweinefleisch lässt sich auch hervorragend einfrieren und gewinnt dabei (wie bei der Reifung) sogar noch etwas an Zartheit in der Textur. Wichtig ist es jedoch, das Fleisch schnell und bei möglichst tiefen Temperaturen zu frosten, damit die Eiskristalle in den Zellen klein bleiben und die Zellwände nicht zerstört werden. Das führt nämlich bei längeren Lagerzeiten zu Saftverlust und trockenem Fleisch.

Je höher der Fettanteil beim Fleisch, desto kürzer sollte übrigens auch die Lagerdauer sein. Denn Fett wird auch im Tiefkühlschrank allmählich ranzig.

Aufgetaut werden sollte tiefgefrorenes Schweinefleisch am besten im Kühlschrank – also langsam – und so, dass der Saft gut abtropfen kann. Ideal ist es also, das Fleisch aus der Vakuumverpackung zu nehmen und in einen Kunststoffbehälter mit Deckel zu legen, auf dessen Boden man als Abstandhalter ein Gitter oder ein, zwei Untertassen legt. Ist das Fleisch völlig aufgetaut, wird der Saft abgegossen, das Fleisch mit kaltem Wasser abgespült und mit Küchenkrepp trocken getupft. So kann es dann im Kühlschrank auf seine Zubereitung warten.



VOR- UND ZUBEREITUNG

Egal ob Kotelett oder großer Braten – vor der Zubereitung sollte jedes Fleisch beizeiten aus dem Kühlschrank genommen werden und mit einem Küchentuch abgedeckt auf Zimmertemperatur kommen. Das kann bei einem großen Teilstück schon zwei Stunden dauern.

So wird nämlich bei der Zubereitung die Differenz der Hitze zur Kerntemperatur des Fleisches stark verringert, was dem gleichmäßigen Gargrad im Fleischinneren sehr zuträglich ist. Ist das Fleisch hingegen zu kalt, entsteht in der Pfanne oder am Grill gerne der sogenannte „Wassermeloneneffekt“: Außen ist das Fleisch knusprig, aber im Anschnitt zeigen sich ein grauer Rand und ein roher Kern.

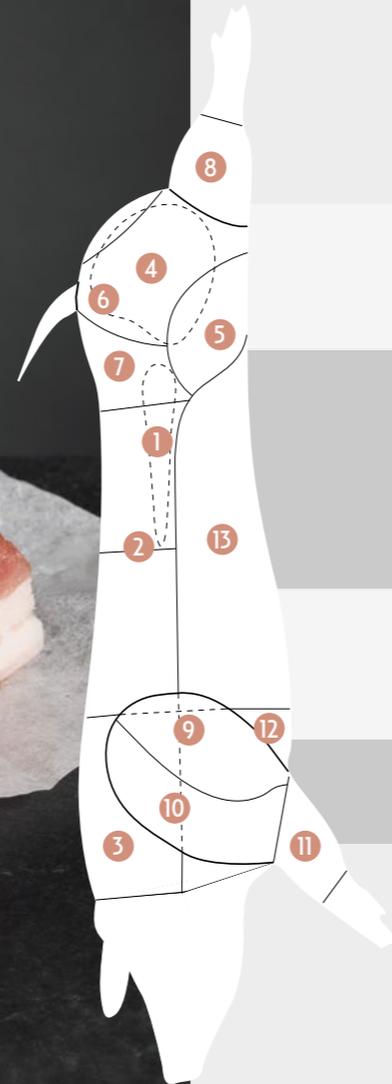
An sich ist Schweinefleisch aber ausgesprochen unkompliziert, was die Zubereitung betrifft, und eignet sich hervorragend für alle Garmethoden – vom Grillen und Kurzbraten bis zum Schmoren und Backen. Wobei sich hinsichtlich Gargrad in der modernen Küche doch einiges geändert hat.

Wurde Schweinefleisch früher aus Sorge um gesundheitliche Aspekte unbedingt immer (sehr) durchgegart, ist dies heute aufgrund der hohen Kontrollstandards in Österreich längst nicht mehr notwendig. Und so ein Schweinsfilet ist um einiges zarter und schmackhafter, wenn es im Anschnitt noch rosa („medium“ bis „medium well“) oder zumindest saftig glänzend bleibt („well done“) und nicht totgegart wurde. Denn gerade magere und zarte Teilstücke wie Lungenbraten oder Karreerose sind hier sehr sensibel.

Auch sollte man Schweinefleisch vor der Zubereitung nie gänzlich von seiner Fettabdeckung und dem Bindegewebe befreien. Denn zweiteres hält das Fleisch in Form, ersteres spendiert Saft und Aroma. Lediglich einschneiden kann man das Bindegewebe von Koteletts, um das bekannte „Schüsseln“ zu vermeiden.



TEILSTÜCKE



KARREE

- 1 Lungenbraten (Filet)
- 2 Karree
- 3 Schopfbraten

SCHLÖGEL

- 4 Kaiserteil (Schale)
- 5 Nuss
- 6 Fricandea
- 7 Schlussbraten
- 8 Hintere Stelze

SCHULTER

- 9 Dicke Schulter
- 10 Dünne Schulter
- 11 Vordere Stelze

BAUCH

- 12 Brust
- 13 Bauchfleisch



Herkunft • Qualität • Kontrolle



FILET/ LUNGENBRATEN



KARREE



Dieses längliche und eher magere Fleischstück liegt unter den Rippenknochen des „Kurzen Karrees“ am Rücken des Schweines. Der Lungenbraten wird als das wertvollste Teilstück des Schweines gehandelt, tatsächlich ist das Fleisch des keulenförmigen „Psoas“, der beidseitig an der Wirbelsäule liegt, besonders zart, da dieser Muskelstrang kaum betätigt wird und daher weich und „untrainiert“ bleibt. Aus diesem Grund, aber auch deshalb, weil Filets nur einen sehr kleinen Anteil der gesamten Fleischmasse eines Schweines ausmachen, sind sie die mit Abstand teuersten Stücke – aber immer noch sehr leistbar.

PRAXISTIPP

Das Filet ist eigentlich viel zu schade, um es durch und durch zu garen. Denn „medium“, also mit rosa Kern, schmeckt dieses zarte Fleisch deutlich besser und bleibt auch schön saftig. Allzu „well done“ jedoch wird es aufgrund seiner sehr geringen Fetteinlagerungen immer strohiger und fader. Einen Hinweis für die richtige Kerntemperatur gibt hier ein gutes Stichthermometer und unsere Tabelle auf Seite 83.



Der Lungenbraten oder Jungfernbraten – wie das Filet in Österreich auch genannt wird – besteht küchentechnisch gesehen aus dem Filetkopf, dem Mittelteil und der Filetspitze. Während Filetkopf und -spitze sich am besten für Kleinteiliges wie Spießchen oder Geschnitzeltes eignen, kann man aus dem Mittelteil die schönsten Filets oder Medaillons schneiden. Gerne wird das Filet aber auch im Ganzen gebraten, weil der ideale Garpunkt so am besten zu erzielen ist.

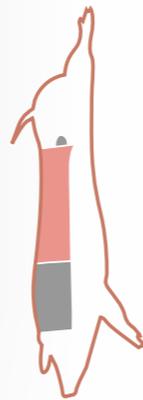
AT: Schweinslungenbraten
D: Schweinefilet
CH: Schweinefilet
ENG: Tenderloin
ITA: Filetto di maiale
F: Filet de porc
ESP: Filete
HU: Szüzpecsenye

Teilstückgewicht im Ø:
0,45 kg

KARREE



KARREE



Das Karree bildet den Schweinerücken und schließt kopfseitig an den Schopfbraten und in Richtung Schlögel an den Schlussbraten an. Das gut mit intermuskulärem Fett durchzogene „Lange Karree“ ist der vordere Teil und reicht vom Schopfbraten bis vor die letzten Rippen. Dort beginnt dann allmählich das „Kurze Karree“, das von der mageren „Karreerose“ dominiert wird.

PRAXISTIPP

Die Karreerose ist kulinarisch ein etwas heikler Muskel, denn sie gerät gerne recht bissfest und trocken. Abhilfe schafft hier eine gute Fettmarmorierung, aber auch eine ausreichende Fleischreifung. Denn auch Schweinefleisch – und gerade die mageren Teile – benötigen ein bis zwei Wochen Reifung unter kontrollierten Bedingungen, um die Fleischfasern zu entspannen.



Das Karree wird im Ganzen oder in Koteletts geschnitten und sowohl mit als auch ohne Knochen angeboten – letztere werden auch gerne als Karreesteaks bezeichnet. Im Ganzen mit Knochen und Schwarte (als sogenanntes „Jungschweinernes“) ist das Karree ein erstklassiger Braten, die Karreerose wiederum ideal für Schnitzel geeignet. Als Karreerose oder „Schweinelachs“ wird nämlich das ausgelöste, zugeputzte Karree bezeichnet. Dieses Fleisch ist besonders mager und sehnenfrei, jedoch etwas empfindlich gegen Übergaren. Es lässt sich sehr leicht und gleichmäßig portionieren.

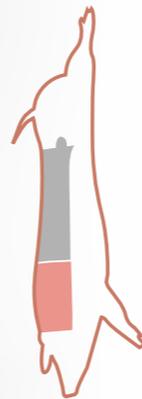
AT: Karree
D: Kotelett ohne Nacken
CH: Nierstück
ENG: Loin
ITA: Carré maiale
F: Carré de porc
Esp: Chuletas
HU: Karaj

Teilstückgewicht im Ø:
Standardkarree: ca. 4,5 - 5,5 kg
Karreerose: ca. 3,5 - 4,5 kg

SCHOPFBRATEN



KARREE



Der Schopf bildet den halsseitigen Anschluss des Karrees und wird zwischen der 4. und 5. Rippe vom Kotelettstrang getrennt. Er besteht aus einigen kleinen Muskelsträngen, die in intermuskulärem Fett eingelagert sind. Er ist also ausgesprochen kräftig marmoriert – sein durchschnittlicher Fettgehalt reicht von 10 bis 14 Prozent. Dies macht ihn zu einem besonders saftigen Teilstück, das am Grill oder in der Pfanne viel Hitze verträgt und daher sehr knusprig, aber nie trocken wird. Das durchwachsene Fleisch wird aber auch beim Dünsten besonders weich und aromatisch.

PRAXISTIPP

Dem Schopfbraten stehen Rauchnoten sehr gut. Dafür braucht es nicht unbedingt einen Räucherschrank oder Smoker, meist reicht auch eine Handvoll Holzchips auf der ohle beim Grillen (mit Deckel!) oder sogar nur ein gutes Räuchersalz, das man statt des normalen Kochsalzes einsetzt.



Der Schopfbraten wird wie das Karree „wie gewachsen“ (also mit Knochen, Speck und Schwarte), ausgelöst, abgezogen oder in Scheiben geschnitten angeboten. Im Ganzen ist der Schopf hervorragend als Braten geeignet. Portioniert eignet er sich zum Kurzbraten, Grillen und Backen.

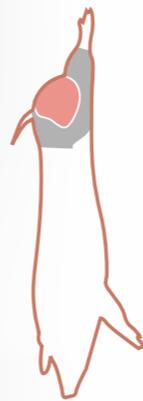
AT: Schopf, Kamm
D: S chweinenacken
CH: Schweinehals
ENG: Pork neck
ITA: Coppa
F: Echine
ESP: Cuello
HU: Tarja

Teilstückgewicht im Ø:
ohne Knochen: ca. 3 kg

KAISERTEIL



SCHLÖGEL



Die Schale – in Österreich sinnigerweise „Kaiserteil“ genannt – wird aus der Innenseite des Schlögels geschnitten und besteht eigentlich aus drei etwas unterschiedlichen Muskeln mit unterschiedlichem Faserverlauf, in die sie auch tunlichst entlang der Bindegewebe feinzerlegt werden sollte, um optimale und qualitativ einheitliche Partien oder Tranchen zu erhalten.

PRAXISTIPP

Während die eigentliche Schale große Schnitzel ergibt, empfiehlt sich beim Schalenscherzel der sogenannte „Butterfly“-Schnitt, um solche zu erhalten. Dafür werden zwei Scheiben so geschnitten, dass sie noch etwas zusammenhängen. Beim Plattieren wird dann aus den beiden kleinen ein großes Schnitzel.



Die eigentliche „Schale“ ist dann hervorragend als Schnitzelfleisch geeignet, das zarte „Schalenscherzel“ eignet sich besonders für Spieße sowie Fondues und der etwas langfaserige „Schalendeckel“ für Ragouts und dergleichen. Die oft gebräuchliche Schnittführung quer durch das ganze Teilstück, damit also auch oft längs statt quer zur Faser, führt hingegen zu einer Qualitätsminderung.

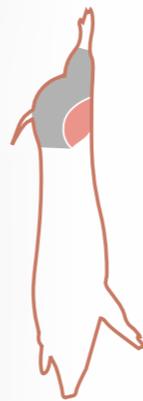
AT: Schale, Kaiserteil
D: O berschale mit Deckel
CH: Eckstück
ENG: Topside
ITA: Fesa con fascia
F: Noix de jambon
ESP: Pierna
HU: Felsál

Teilstückgewicht im Ø:
ca. 1,7 kg

NUSS



SCHLÖGEL



Auch die Nuss stammt vom Schlögels und besteht aus drei Teilen, in die sie auch besser zerlegt werden sollte, bevor man sich ans Tranchieren macht: die „Runde Nuss“, die „Flache Nuss“ und den „Nussdeckel“. Schneidet man die Nuss nämlich (wie leider allzu oft praktiziert) direkt quer durch alle Teile in Schnitzel, ergibt das unweigerlich massive Probleme in der Pfanne, das Schnitzel wird sich werfen und zusammenziehen, wenn die Bindegewebe unter Hitzeeinfluss kontrahieren.

PRAXISTIPP

Die Nuss ist dunkler als die anderen Teile des Schlögels, das Fleisch besitzt einen besonders kräftigen Geschmack, der sich sehr für Fleischgerichte mit Saucen eignet. Allerdings verdirbt dieses Teilstück auch etwas schneller als andere und sollte daher nicht allzu lange ereift werden.



Sauber entlang der Bindegewebe zerlegt, kommen die Stärken der einzelnen Partien jedoch so richtig zum Tragen: Die Flache Nuss etwa ergibt herzhaftes Schnitzel und lässt sich auch als Braten füllen, aus der Runden Nuss schneidet man ausgezeichnete Steaks oder Medaillons und der geschmacksintensive Nussdeckel gibt ausgezeichnete Ragouts oder auch kräftige Steaks.

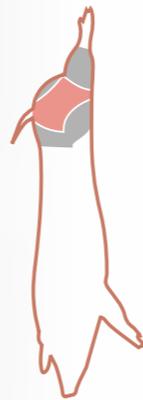
AT: Nuss, Zapfen
D: Nuss, Kugel
CH: Nuss
ENG: Knuckle
ITA: Noce
F: Tranche grasse
ESP: Nuez
HU: Dio

Teilstückgewicht im Ø:
1,5 kg

FRICANDEAU



SCHLÖGEL



Besonders viel Arbeit in der Feinerlegung macht das sogenannte „Fricandean“, das sogar aus fünf verschiedenen Muskelpartien mit unterschiedlichen Faserrichtungen und Eigenschaften besteht – aber es zahlt sich aus. Mit einer Trennung dieser Partien erzielt man nämlich sehr hochwertige Teilstücke ohne nennenswerte Bindegewebsanteile.

PRAXISTIPP

Im gewässerten Schweinsnetz oder mit grünem Speck umwickelt, ergeben die oft eher mageren Teile vom Fricandean wie Weißes Scherzel und Spitz sehr delikate und saftige Braten. Ohne diese Ummantelung muss das Fleisch bei niedrigen Temperaturen gegart werden, um nicht trocken zu geraten.



Der „Fricandean-Spitz“ ist dann sowohl für Schnitzel als auch für Braten geeignet, aus dem Mittelteil des Fricandean lassen sich schöne, große Schnitzel schneiden, die sich auch gut für Rouladen eignen. Der „Fricandean-Zapfen“ muss gut von den anhaftenden Sehnen befreit werden, dann bleibt sein ausgesprochen zartes Fleisch, das ideal für Spieße und andere kleinteilige Kurzbratgerichte ist. Das „Weiße Scherzel“ ist ein schön geformter, magerer Braten zum Schmoren, die „Fricandean-Rolle“ ergibt kleine, sehr zarte und delikate Steaks oder Medaillons.

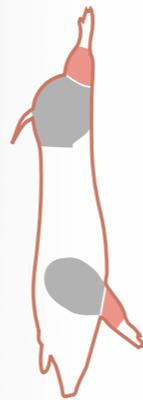
AT: Fricandean
D: Unterschale
CH: Unterschale
ENG: Silverside
ITA: Sottofesa
F: Gîte
ESP: Fricandó
HU: Frikandó

Teilstückgewicht im Ø:
mit Weißem Scherzel: ca. 2,5 kg
ohne Weißes Scherzel: ca. 2 kg

STELZE



SCHULTER/SCHLÖGEL



Eisbein, Haxe, Hechse, Gnagl – die Stelze ist ein preiswertes, herz- und schmackhaftes Stück Fleisch mit vielen gebräuchlichen Namen im deutschen Sprachraum. In Österreich wird bei der Schweinstelze zwischen der vorderen und hinteren Stelze unterschieden, letztere hat deutlich mehr Fleisch am Knochen und ist auch um einiges schwerer. Damit eignet sie sich auch hervorragend zum Pökeln bzw. für Ragoutgerichte, während die vordere Stelze in der Regel nur im Ganzen verarbeitet wird.

PRAXISTIPP

Durch den hohen Kollagenanteil von Bindegewebe und Schwarte ist die Stelze – zusammen mit den Schweinefüßen – die ideale, weil besonders gelatinereiche Basis für eine feste Sulz.



Durch ihr ausgeprägtes Aroma ist sie sowohl knusprig im Ganzen gebraten als auch als gekochtes Krenfleisch ausgesprochen beliebt. Das Fleisch ist besonders zart und aromatisch, muss aber lange gegart werden. Gerne wird die Stelze auch gepökelt bzw. gesurt und anschließend gekocht und macht so geschmacklich sogar dem Beinschinken Konkurrenz.

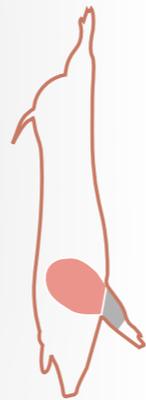
AT: Stelze
D: Eisbein, Haxe
CH: Unterspälte, Wädli
ENG: Shank
ITA: Stinco
F: Jambonneau
ESP: Codillo
HU: Csánk, Csülök

Teilstückgewicht im Ø:
1,5 kg

SCHULTER



SCHULTER



Die Schweinsschulter grenzt direkt an den Schopf an und besteht aus dem oberen Vorderbein mit dem schaufelförmigen Schulterblatt. In Süddeutschland wird das flache Schulterstück daher auch gerne „Schäufele“ genannt, es eignet sich aufgrund seiner Form sehr gut als Rollbraten. Das Mittelstück wird gerne „falsches Filet“ genannt, verdient diesen Namen aber höchstens wegen seiner Form. Sein Fleisch eignet sich nämlich eher für Ragouts als zum Kurzbraten. Die massive, dicke Schulter mit Schwarte schließlich ist optimal als Schweinsbraten geeignet, der Fettrand schützt das Fleisch dabei im Ofen vor dem Austrocknen.

PRAXISTIPP

Für ein stilechtes Pulled Pork ist die Schweinsschulter genau das richtige Teilstück. Besonders dann, wenn sie im Ganzen und samt eingewachsenem Knochen (dem Schulterblatt) am Smoker geräuchert wird. Dieser Knochen gibt dem Fleisch nämlich viel Geschmack und transportiert auch die Hitze in das Innere des Bratens.



Im Ganzen – am besten mit Knochen – ist die Schweinsschulter aber auch die klassische Basis eines „Pulled Pork“, das über viele Stunden im Smoker geräuchert wird. Am Ende ist es dann so weich, dass es mit den Fingern zerzupft werden kann.

AT:	Schulter
D:	Bug, Schaufel
CH:	Schulter
ENG:	Shoulder
ITA:	Spalla
F:	Épaulé
ESP:	Paletilla
HU:	Lapocka (Vastag) Lapocka (Vékony)

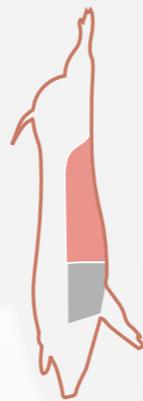
Teilstückgewicht im Ø:
im Ganzen: ca. 7 kg
ausgelöst mit Schwarte: ca. 3,5 kg

BAUCHFLEISCH



Dieses vielleicht aromareichste Teilstück vom Schwein besteht aus mehreren mageren und fettigen Schichten und der typischen Schwarte. Das vordere Stück wird auch „Brüstl“ genannt, das Mittelstück stellt das klassische Bauchfleisch dar und das hintere Ende wird oft als „Wammerl“ bezeichnet.

BAUCH



PRAXISTIPP

Der letzte Schrei am Rost des Grillchampions ist das Flank Steak. Und zwar auch jenes vom Schwein, das kundige Metzger inzwischen aus der Platte herauszulösen verstehen. Dieser sehr flache, gut marmorierte Muskel wird dann schnell und heiß beidseitig am Rost oder in der Pfanne gebraten und anschließend quer zur Faser in feine Streifen geschnitten.



Während man dieses Fleisch bei uns früher vor allem als knusprigen Schweinsbraten oder Krenfleisch kannte, ist die internationale Karriere des delikaten Bauches weit mannigfaltiger. Gepökelt und/oder geräuchert als Bacon, in Sojasauce am Teppan geschmort, sous vide über Stunden butterzart gegart – das Bauchfleisch bietet immer eine Geschmacksexplosion. Es will allerdings mit Geduld gegart werden, auch ein ganz traditioneller Kümmelbraten braucht seine Zeit, um perfekt zu werden.

AT: Bauchfleisch
D: Schweinebauch
CH: Schmer
ENG: Belly
ITA: Pancettone
F: Poitrine
ESP: Pancetta
HU: Oldalas

Teilstückgewicht im Ø:
ausgelöst: ca. 4,5 kg
mit Knochen: ca. 5,5 - 6 kg

SPARE RIBS



BAUCH/KARREE



Das, was bei uns gemeinhin als Spare Ribs bezeichnet wird, nennt der US-Amerikaner ja eigentlich „Baby Back Ribs“. Gemeint sind in beiden Fällen die sogenannten Karreerippchen, die beim Auslösen der Karreerose anfallen und bei uns in der Grillsaison begehrt und allgegenwärtig sind. Gerne auch bereits vorbehandelt (gepoltert) und fertig mariniert.

PRAXISTIPP

Wenn man die dünne Silberhaut auf der Rückseite der Rippen abzieht, kann die Marinade bzw. Würzung viel besser in das Fleisch zwischen den Knochen einziehen.



Als „Spare Ribs“ hingegen bezeichnet der BBQ-Kenner die dickeren, fleischigen Schälrippen aus dem Bauch, die in Österreich noch eher selten am Grill zu finden sind. Genau diese sind es aber, die den legendären Ruf der stundenlang geräucherten Spare Ribs amerikanischer Art begründet haben. Für „Spare Ribs St. Louis Cut“ sind daher immer Schälrippen gemeint, deren knorpelige Rippenenden so beschnitten sind, dass die Ribs die Form einer Leiter erhalten. Und immer werden richtige Ribs möglichst langsam gegart, unter zwei bis drei Stunden geht da gar nichts.

- AT: Karreerippen, Schälrippen
- D: Kotelettrippen, Bauchrippen
- CH: Spare Ribs
- ENG: Baby back ribs, spare ribs
- ITA: Costine, puntine di pancetta
- F: P lat de côtes
- ESP: Costillas
- HU: Tartalék bordák

Teilstückgewicht im Ø:
ca. 1,5 - 3 kg

SCHWEINSLEBER



INNERE WERTE

Das Thema Innereien polarisiert – die einen lieben sie heiß, die anderen wenden sich mit Abscheu. Fatalerweise reduziert das die Käuferzielgruppe um mindestens 50%, was der Präsenz der delikaten Teile im Handel entsprechend geschadet hat. In der Gastronomie hingegen profitieren einige Spezialisten und Haubenköche von der neu gewonnenen Exklusivität traditioneller Spezialitäten, wie Milzschöberl, Lungenstrudel, Kuttelsuppe und saurer Nierndl. Sogar Herz, Leber und Zunge haben heute bereits einen Raritätenbonus, auf den man auch in der Fleischtheke im Sinne unseres Slogans „From Nose to Tail“ nicht verzichten sollte.

PRAXISTIPP

Die Leber sollte erst kurz vor der Zubereitung gesalzen und schonend gegart werden. Also etwa nicht zu heiß gebraten oder gegrillt, da sie sonst leicht hart gerät. Sie ist aber sowohl zum Kochen als auch zum Braundünsten, Schmoren und Braten geeignet. Gerne werden aus ihnen Spezialgerichte wie z. B. Suppeneinlagen (Leberknödel, Pofesen), Leberpasteten und Leberstreichwurst hergestellt.



Die Leber des Schweines enthält große Mengen an den Vitaminen A, B1, B2, C und D. Da sie das Entgiftungsorgan ist, kann sie aber theoretisch auch gewisse Mengen von Schadstoffen oder Medikamenten enthalten, weswegen hier besonders auf Herkunft und Kontrolle geachtet werden sollte. Die Schweinsleber ist dunkelbraun bis braunrot, etwas gröber in der Struktur als die Kalbsleber und besitzt einen ausgeprägten Eigengeschmack. Im angeschnittenen Zustand wirkt sie leicht körnig und porös. Oft wird die Leber vor der Verarbeitung in Milch eingelegt, wodurch sie milder im Aroma wird.

AT: Schweinsleber
D/CH: Schweineleber
ENG: Liver
ITA: Fegato
F: Foie
ESP: Hígado
HU: Srtésmáj

Teilstückgewicht im Ø:
ca. 1,3 - 2,5 kg



Herkunft • Qualität • Kontrolle

In Orangenkaffeesud pochirtes Filet mit Erdäpfelpüree	50
Knuspriges Schweinskarree mit Paprika-Lavendel-Gemüse	52
Porchetta	54
Schweinskoteletts mit Birnen und Salbei	56
Satay-Spieße	58
Gefülltes Schweinsschnitzel Speck und Cheddar	60
Saltimbocca	62
Glasierte Schweinsstelze mit Erdäpfelsalat	64
Schweinsschulter-Ragout mit Rollgerstenrisotto	66
Ragout mit Datteln und Granatapfelkernen	68
Rollbraten mit Mandel-Marille-Füllung	70
Schweinsbraten mit Most und Ofenäpfeln	72
Bun Cha Bauchfleisch vietnamesisch	74
Rauch-Spareribs mit Rettich	76
Gyoza-Teigtaschen mit Schweinefleisch	78



IN ORANGENKAFFEESUD POCHIERTES FILET

mit Erdäpfelpüree



Das Schweinsfilet möglichst 1 Stunde vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen. Im Arabica Rub wenden und beiseitestellen. Den Zucker in einem kleinen Topf schmelzen und mit dem Orangensaft ablöschen. Chilischote waschen, Samen und Scheidewände entfernen, Vanilleschote längs aufschlitzen und das Mark auskratzen, Kardamomkapsel andrücken. Chili, Vanillemark, Kardamom, Zitronengras, Ingwer, Thymian, Koriander und Kaffeebohnen zum Orangensaft geben und etwa 15 Minuten leise köcheln lassen. Den Orangenkaffeesud dann durch ein feines Sieb seihen und eventuell mit etwas Stärke binden. Dafür Maisstärke in kaltes Wasser einrühren und mit einem Schneebesen in die Sauce rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Schweinsfilet in den heißen Sud einlegen und bis zu einer Kerntemperatur von 65 °C ziehen lassen. Herausnehmen und gut abtropfen lassen.

Karotten waschen, Karottengrün abschneiden, dabei ein paar Blätter für die Garnitur aufbewahren. Karotten in leicht gezuckertem und gesalzenem Wasser 2 bis 3 Minuten blanchieren und dann in kaltem Wasser abschrecken.

Die Erdäpfel für das Püree schälen und in Salzwasser 15 bis 20 Minuten weich kochen. Sofort durch eine Erdäpfelpresse drücken und mit Butter, Milch, Muskatnuss, Salz und Pfeffer mit dem Schneebesen zu Püree rühren. Je nach Konsistenz noch mehr Milch hinzufügen. Karotten halbieren und im Orangenkaffeesud erwärmen. Schweinsfilet in einer Pfanne mit Olivenöl für eine Minute rundherum scharf anbraten, aus der Pfanne heben und in Scheiben schneiden, zusammen mit den Karotten und dem Püree anrichten.

Zutaten:

500 g AMA-Gütesiegel Schweinsfilet vom „premium Schwein“
20 g Arabica Rub
50 g Zucker
400 ml Orangensaft
½ Chilischote
½ Vanilleschote
1 Kardamomkapsel
1 Zitronengrasstängel
1 Scheibe Ingwer
1 Thymianzweig
3-4 Koriandersamen

20 g Kaffeebohnen
1 TL Maisstärke
8 Karotten
Zucker, Salz und frisch gemahlener Pfeffer
Olivenöl

Erdäpfelpüree:

1 kg mehlig kochende Erdäpfel
150 g Butter
etwa 160 ml Milch
1 Prise geriebene
Muskatnuss, Salz, frisch gemahlener Pfeffer

KNUSPRIGES SCHWEINSKARREE

mit Paprika-Lavendel-Gemüse



Daumenhoch Suppe in einem Topf erhitzen, Nelken, Knoblauch, Lorbeerblätter und Thymian dazugeben. Das Schweinskarree mit der Schwarte nach unten in die Suppe legen und ca. 15 bis 20 Minuten bei kleiner Flamme köcheln lassen, bei Bedarf etwas Suppe nachgießen. Das Karree aus dem Topf nehmen und die Schwarte (nicht zu tief) einschneiden, danach salzen. Geschältes Wurzelgemüse grob schneiden, in einem Bräter verteilen, etwas Wasser hineingießen, den Braten mit der Schwarte nach unten einlegen und im vorgeheizten Rohr ca. 45 Minuten bei 160 °C braten. Anschließend das Karree mit der Schwarte nach oben drehen und das Backrohr auf 220 °C aufheizen. Braten lassen, bis die Schwarte aufpoppt. Die endgültige Kerntemperatur des Fleisches sollte etwa bei 68 °C liegen.

Für das Paprika-Lavendel-Gemüse die Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Paprika und Zucchini waschen, längs halbieren, entkernen und beides in 1 bis 2 cm große Rauten schneiden. Tomaten kreuzweise einritzen, überbrühen, kalt abschrecken, häuten, vierteln und entkernen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel, Zucchini und Paprikaschoten darin bei mittlerer Hitze andünsten. Das Tomatenmark dazugeben und kurz anrösten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen. Lavendel, Knoblauch, Tomaten und Orangenschale dazugeben, erhitzen und einige Minuten ziehen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Lavendelbutter die Butter in einer Pfanne leicht erhitzen, bis sie schmilzt, anschließend die Hitze erhöhen und unter leichtem Rühren die Butter bräunen lassen, bis sie leicht nussig duftet. Die Butter kurz überkühlen lassen, die Lavendelzweige und etwas Fleur de Sel dazumengen. Das Karree tranchieren und mit Lavendelbutter bestreichen. Das Paprika-Lavendel-Gemüse auf vorgewärmten Tellern verteilen, je 3 Scheiben vom Karree auf dem Gemüse anrichten und mit Lavendelsalz würzen.

Zutaten:

2 kg AMA-Gütesiegel Schweinskarree vom „premium Schwein“ mit Rippenknochen
400 ml Hühnersuppe
2 Gewürznelken
1 Knoblauchzehe
2 Lorbeerblätter
1 Zweig Thymian
1 Bund Wurzelgemüse
Salz, Lavendelsalz

Paprikalavendel-Gemüse:

1 Zwiebel, je 1 kleine rote und gelbe Paprikaschote
1 kleine Zucchini
2 Tomaten
1 EL Olivenöl
1 EL Tomatenmark
150 ml Gemüsebrühe
1 Lavendelzweig
2 Scheiben Knoblauch
1 TL abgeriebene Bio-Orangenschale
Salz, frisch gemahlener Pfeffer

Lavendelbutter:

4 EL Butter, 2 Lavendelzweige, Fleur de Sel

PORCHETTA

Für die Salsa alle Zutaten pürieren und mit einer Prise Salz sowie Pfeffer abschmecken. Fenchelsamen und Chiliflocken für 1 bis 2 Minuten in einer Pfanne rösten, abkühlen lassen und im Mörser fein mahlen. Knoblauch schälen und zusammen mit den Kräutern fein hacken, mit der Zitronenschale und den Gewürzen sowie 1 EL Salz vermengen.

In die Karreerose zweimal, also einmal nach links und einmal nach rechts eine Tasche einschneiden, auseinander klappen, leicht plattieren und mit grobem Meersalz sowie Senf bestreichen. Mit der Gewürzmischung bestreuen, fest einrollen und mit Küchengarn binden. Die Schwarte sollte dabei außen liegen. Dann auch außen nochmals salzen und über Nacht im Kühlschrank nicht zugedeckt rasten lassen, damit das Fleisch gut abtrocknet.

2 Stunden vor dem Braten die Porchetta aus dem Kühlschrank nehmen, den Backofen auf 180 °C erhitzen.

Auf einem Drehspieß für etwa 2 Stunden braten, bis die Kerntemperatur 82–88 °C anzeigt. Dann die Ofentemperatur noch auf 250 °C erhitzen und die Oberseite richtig gut grillen, um eine dunkle, geröstete Farbe zu erzielen. Die Porchetta aus dem Ofen nehmen, 30 Minuten rasten lassen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Zusammen mit der Salsa servieren. Dazu passt Ciabatta.



Zutaten:

1 AMA-Gütesiegel Karreerose, ausgelöst vom „premium Schwein“
3 EL Fenchelsamen
2 EL Chiliflocken
8 Knoblauchzehen
je 2 EL Salbei, Thymian, Petersilie, Rosmarin
fein abgeriebene Schale einer Bio-Zitrone
grobes Meersalz
Senf

Salsa Verde:

200 ml Olivenöl
50 g Haselnüsse, geröstet
2 EL Kapern
2 Essiggurken
1 großer Bund Petersilie
1 TL Senf
Saft und fein abgeriebene Schale einer Bio-Zitrone
Salz, frisch gemahlener Pfeffer

SCHWEINSKOTELETTS

mit Birnen und Salbei

Den Backofen auf 120 °C vorheizen. Koteletts mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne in etwas Olivenöl bei hoher Hitze zusammen mit dem Salbei auf beiden Seiten scharf anbraten. Dann das Fleisch im vorgeheizten Ofen auf einem Rost bei 100 °C 15 Minuten ziehen lassen.

Birnen waschen, halbieren bzw. vierteln. Schalotten schälen und halbieren, Knoblauchzehe zerdrücken. Birnen, Schalotten und Knoblauchzehe zusammen mit der Butter im Bratenrückstand gut anrösten. Wacholder, Lorbeer und Cognac hinzufügen, kurz flambieren. Crème fraîche hinzufügen, Fleisch aus dem Ofen nehmen, kurz in der Sauce ziehen lassen und abschmecken.



Zutaten:

- 4 AMA-Gütesiegel Schweinskoteletts vom „premium Schwein“
- Olivenöl
- 1 Bund Salbei
- 3 kleine Birnen
- 6 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Butter
- 10 Wacholderbeeren
- 1 Lorbeerblatt
- 4 cl Cognac
- 100 ml Crème fraîche
- Salz
- frisch gemahlener Pfeffer

SATAY-SPIESSE



Den Schopfbraten quer zur Faser in 1 cm breite Scheiben schneiden. Dann die Scheiben noch in spießgerechte Happen schneiden. Für die Marinade Frühlingszwiebel, Chilischote und die Knoblauchzehen fein hacken. Mit den restlichen Zutaten gut vermischen und das Fleisch darin für mindestens 1 Stunde oder am besten über Nacht zugedeckt durchziehen lassen. Holzspieße für mindestens 30 Minuten in Wasser einweichen oder Metallspieße verwenden.

Fleisch auf die Spieße fädeln und auf dem vorgeheizten Grill oder in der Pfanne rundherum knusprig anbraten. In der indirekten Zone des Grills oder im Backrohr mit etwas Olivenöl bepinselt ca. 15 bis 18 Minuten bei 160 °C fertig grillen. Mit frischem Koriander bestreut servieren.

Zutaten:

400 g AMA-Gütesiegel Schopfbraten vom „premium Schwein“
Olivenöl
frischer Koriander

Marinade:

1 Frühlingszwiebel
1 grüne Chilischote
3 Knoblauchzehen
1 EL geriebener Ingwer
2 EL Erdnussbutter
3 EL Sojasauce
2 EL Rohrzucker
1 EL frischer Limettensaft
1 EL Sonnenblumenöl

GEFÜLLTES SCHWEINSSCHNITZEL

mit Speck und Cheddar



Schweinsschnitzel auflegen, dünn ausklopfen und dabei darauf achten, dass sie nicht einreißen. Auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Auf eine Hälfte jedes Schnitzels eine Scheibe Speck, eine Scheibe Käse und wieder Speck legen. Zusammenklappen und die Ränder entweder mit dem Schnitzelklopfen fest zusammenklopfen oder mit Zahnstochern fixieren.

Eier in einem Suppenteller verschlagen. Nun die Schnitzel zuerst in Mehl wenden, dann durch das Ei ziehen und in Bröseln wälzen.

In einer großen Pfanne reichlich Butterschmalz erhitzen. Schnitzel einlegen, goldbraun herausbacken und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Mit Erdäpfelsalat oder Petersilerdäpfeln servieren.



Zutaten:

4 AMA-Gütesiegel Schweinsschnitzel vom „premium Schwein“
8 Scheiben Bauchspeck
4 Scheiben Cheddar
2 Eier
1 Tasse Mehl
1 Tasse Semmelbrösel
Butterschmalz
Zitronenspalten zum Garnieren
Salz und Pfeffer
frisch gemahlener

SALTIMBOCCA

Die Schweinsschnitzel nacheinander zwischen zwei Gefrierbeutel legen und mit einem Fleischklopfer (oder einem kleinen Stieltopf) flach klopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Schnitzel mit Parmesan bestreuen, mit je einer Scheibe Parmaschinken und einem Salbeiblatt belegen und einem Holzspießchen fixieren.

Oliveneröl in einer Pfanne erhitzen und die Saltimbocca mit ein paar extra Salbeiblättern auf beiden Seiten kräftig anbraten. Mit Marsala und Suppe ablöschen, aufkochen lassen und ca. 8 bis 10 Minuten schmoren. Die Saltimbocca mit der Sauce und Salbei anrichten. Dazu schmeckt Ciabatta.



Zutaten:

8 kleine dünne AMA-Gütesiegel
Schweinsschnitzel (à 75 g)
vom „premium Schwein“
80 g geriebener Parmesan
8 Scheiben Parmaschinken
3-4 Zweige Salbei
2 EL Olivenöl
70 ml Marsala
70 ml Suppe
Salz
frisch gemahlener Pfeffer

GLASIERTE SCHWEINSSTELZE

mit Erdäpfelsalat



Am Vortag die Schweinsstelzen in kochendem Wasser drei Stunden garen, bis sie weich sind. Für die Glasur alle Zutaten verrühren. Mit einem Pinsel die Stelzen rundherum mit der Mischung bestreichen und dann 12 Stunden im Kühlschrank marinieren lassen.

Am folgenden Tag Erdäpfel in Salzwasser weich kochen, noch warm schälen und halbieren. Schalotten schälen, würfeln und in Olivenöl rösten, mit der Suppe ablöschen. Schnittlauch fein hacken, mit dem Hüttenkäse, Erdnussöl, Essig, den Schalotten und den noch warmen Erdäpfeln vorsichtig vermengen.

Die Stelzen im vorgeheizten Ofen bei 160-180 °C braten, bis sie goldbraun sind und das Fleisch sich vom Knochen löst. Dabei immer wieder mit dem Bratensaft überziehen. Die glasierten Stelzen mit dem Erdäpfelsalat servieren.



Zutaten:

4 AMA-Gütesiegel Schweinsstelzen vom „premium Schwein“

Glasur:

1 EL Sojasauce
1 EL brauner Zucker
1 EL Tomatenmark
Piment d'Espelette
(oder Cayennepfeffer)
Saft einer Orange

Erdäpfelsalat:

10 kleine Erdäpfel
2 Schalotten
3 EL Olivenöl
100 ml Suppe
1 Bund Schnittlauch
250 g Hüttenkäse
2 EL Erdnussöl
1 EL Weißweinessig

SCHWEINSSCHULTERRAGOUT

mit Rollgerstenrisotto



Fleisch eine Stunde vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen. Backofen auf 160 °C vorheizen. Olivenöl in einem Schmortopf am Herd erhitzen und das Fleisch bei mittlerer Hitze 1 bis 2 Minuten rundum braun anbraten, dabei nicht zu viele Fleischwürfel auf einmal hineingeben und nur gelegentlich rühren. Salzen, pfeffern und beiseitestellen.

Zwiebeln schälen, würfeln und im Bratenrückstand ca. 10 Minuten glasieren. Gemüse schälen, fein würfeln und einige Minuten mitschmoren, bis es Farbe nimmt. Ingwer, Gewürze und Tomatenmark in den Topf geben und eine Minute mitbraten. Nun das Fleisch wieder in den Schmortopf geben, mit Rotwein aufgießen und zugedeckt im Ofen 2 1/2 bis 3 Stunden knapp mit Flüssigkeit bedeckt schmoren. Bei Bedarf eventuell noch etwas Wasser oder Suppe angießen. Die Ingwerscheibe entfernen. Karotten schälen und in grobe Stücke schneiden. In der letzten halben Stunde dazugeben und mitgaren. Zum Schluss die kalte Butter unter das Ragout ziehen.

Getrocknete Steinpilze etwa 10 Minuten in warmem Wasser einweichen, dann gut ausdrücken. Zwiebel schälen, fein hacken und in Butter und Olivenöl zusammen mit den eingeweichten Pilzen in einem größeren Topf anschwitzen, aber nicht braun werden lassen. Rollgerste hinzufügen und 3 bis 4 Minuten unter Rühren glasig anschwitzen. Fenchel- und Koriandersamen sowie Thymianzweig dazugeben und kurz mitrösten. Mit dem Weißwein ablöschen. So lange köcheln lassen, bis die Flüssigkeit vollständig aufgenommen ist. Eine Schöpfkelle heiße Gemüsesuppe zugeben und bei schwacher Hitze rühren, bis die Flüssigkeit wieder von der Gerste aufgesogen und die Rollgerste nach etwa 20 Minuten bissfest ist. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenschale abschmecken. Schlagobers, Safran und Parmesan unter das Risotto rühren und eventuell noch mehr Suppe angießen.



Zutaten:

800 g AMA-Gütesiegel Schweinsschulter vom „premium Schwein“
in 3-4 cm große Würfel geschnitten
2 EL Olivenöl, 2 große Zwiebeln
200 g Wurzelgemüse
(z.B. Sellerie, Karotten, Fenchel, Petersilienwurzeln, Pastinaken)
1 dünne Scheibe Ingwer
3 Thymianzweige
1 Lorbeerblatt, 1 TL Brotgewürz
1 EL Tomatenmark, 500 ml Rotwein
2 Karotten, 30 g Butter
Salz, frisch gemahlener Pfeffer

Rollgerstenrisotto:

10 g getrocknete Steinpilze
1 weiße Zwiebel, 1 EL Butter
1 EL Olivenöl, 200 g Rollgerste
je 1 TL Fenchel-, Koriandersamen
1 Thymianzweig
100 ml trockener Weißwein
Gemüsesuppe,
1 TL abgeriebene Schale einer Bio-Zitrone
200 ml Schlagobers, 1 g Safran
70 g geriebener Parmesan
Salz, frisch gemahlener Pfeffer

RAGOUT

mit Datteln und Granatapfelkernen

Den Backofen auf 150 °C vorheizen, einen Schmortopf auf dem Herd erhitzen. Das Schweinefleisch mit Ras el-Hanout einreiben, in den Schmortopf geben und ohne Öl trocken anbraten, bis es zu duften beginnt, dann vom Herd nehmen. Zwiebeln und Knoblauch schälen, die Zwiebeln in Scheiben schneiden, den Knoblauch hacken und zusammen mit dem Ingwer und der Zimtstange zum Schwein geben. Mit so viel Wasser auffüllen, dass das Fleisch fast ganz bedeckt ist. Auf der untersten Schiene im Ofen für 2 Stunden langsam fertig garen.

Granatäpfel halbieren, Kerne in eine Schüssel heraustrennen. Butter und Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten schälen, halbieren und bei geringster Hitze 10 bis 15 Minuten darin schmoren, dann mit dem Honig karamellisieren.

20 Minuten vor Ende der Garzeit die Hälfte der Granatapfelkerne, die Datteln und die Schalotten zum Fleisch geben. Fein gehackten Koriander darunterheben, Ingwerscheiben und Zimtstange entfernen. Zum Schluss mit den restlichen Granatapfelkernen servieren.



Zutaten:

1 kg AMA-Gütesiegel Schweinsschulter vom „premium Schwein“, in 3-4 cm große Würfel geschnitten
3 EL Ras el-Hanout (marokkanische Gewürzmischung)
2-3 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
1-2 Scheiben Ingwer
1 Zimtstange
2 Granatäpfel
2 EL Butter
2 EL Olivenöl
8 Schalotten
2 EL Honig
100 g Datteln
2-3 EL gehackter Koriander

ROLLBRATEN

mit Mandel-Marille-Füllung

Schweinsschulter auf ein Rechteck schneiden, die Sehnen mit einem scharfen Messer einschneiden, das Fleisch mit Klarsichtfolie belegen, mit dem Fleischschlängel zu einem Rechteck klopfen.

Den Schweinslungenbraten der Länge nach aufschneiden, aufklappen, mit Klarsichtfolie geschützt zu einem Rechteck plattieren. Die Schulter mit Meersalz und 1 EL Olivenöl bestreichen, den plattierten Schweinslungenbraten daraufsetzen.

Petersilie, Knoblauch und Schalotten fein hacken, auf dem Schweinsfilet verteilen, leicht salzen, die gerösteten Mandelsplitter darauf verteilen und die Dörrmarillen in der Mitte auflegen. Jetzt das Fleisch fest zusammenrollen, mit Küchengarnt zusammenbinden.

Den Braten in einer Pfanne im restlichen Öl rundum goldbraun anbraten. Schalotten samt Schale halbieren, um den Braten anrichten, fingerhoch Wasser zugeießen und im vorgeheizten Rohr bei 160 °C ca. 2 1/2 Stunden bis zu einer Kerntemperatur von 62-68 °C braten. Zwischendurch wenden und begießen.

TIPP

Lassen Sie den Braten vor dem Aufschneiden noch 1/4 Stunde warm rasten.



Zutaten:

1 AMA-Gütesiegel Schweinsschulter, ausgelöst vom „premium Schwein“
500 g AMA-Gütesiegel Schweinsfilet vom „premium Schwein“
grobes Meersalz
3 EL Olivenöl
4-6 Schalotten

Füllung:

1 Bund Petersilie
5 Knoblauchzehen
2 Schalotten
100 g geröstete Mandelsplitter
100 g Dörrmarillen
Salz

SCHWEINSBRATEN

mit Most und Ofenäpfeln



Karotte und Sellerie schälen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Topinambur gut waschen und samt Schale halbieren. Schalotten schälen und vierteln. Äpfel waschen, halbieren bzw. in Spalten schneiden und das Kerngehäuse entfernen.

Das Backrohr auf 150 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Die Schwarte des Bauchfleisches mit einem scharfen Messer quer zur Faserrichtung längs einschneiden. Anschließend mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und auf ein Backblech setzen. Karotten, Sellerie, Schalotten, Apfel und Topinambur in einer Pfanne goldbraun rösten, mit dem Most übergießen und zum Fleisch geben.

Etwa 2 Stunden bei 150 °C braten, bis eine Kerntemperatur von 72-78 °C erreicht ist. Zum Schluss den Ofen auf maximale Oberhitze stellen und ca. 10 Minuten braten, um eine schöne Kruste zu erhalten. Den Braten in Tranchen schneiden und mit den Äpfeln und dem Gemüse servieren.

TIPP Die Schwarte lässt sich besser einschneiden, wenn sie in Salzwasser vorgekocht ist.

Zutaten:

800 g AMA-Gütesiegel Bauchfleisch vom „premium Schwein“
1 Karotte
1 kleines Stück Knollensellerie
8-10 kleine Topinambur
8 Schalotten
2 Äpfel
Salz
1 EL grob zerstoßener Pfeffer
150 ml Apfel- oder Birnenmost

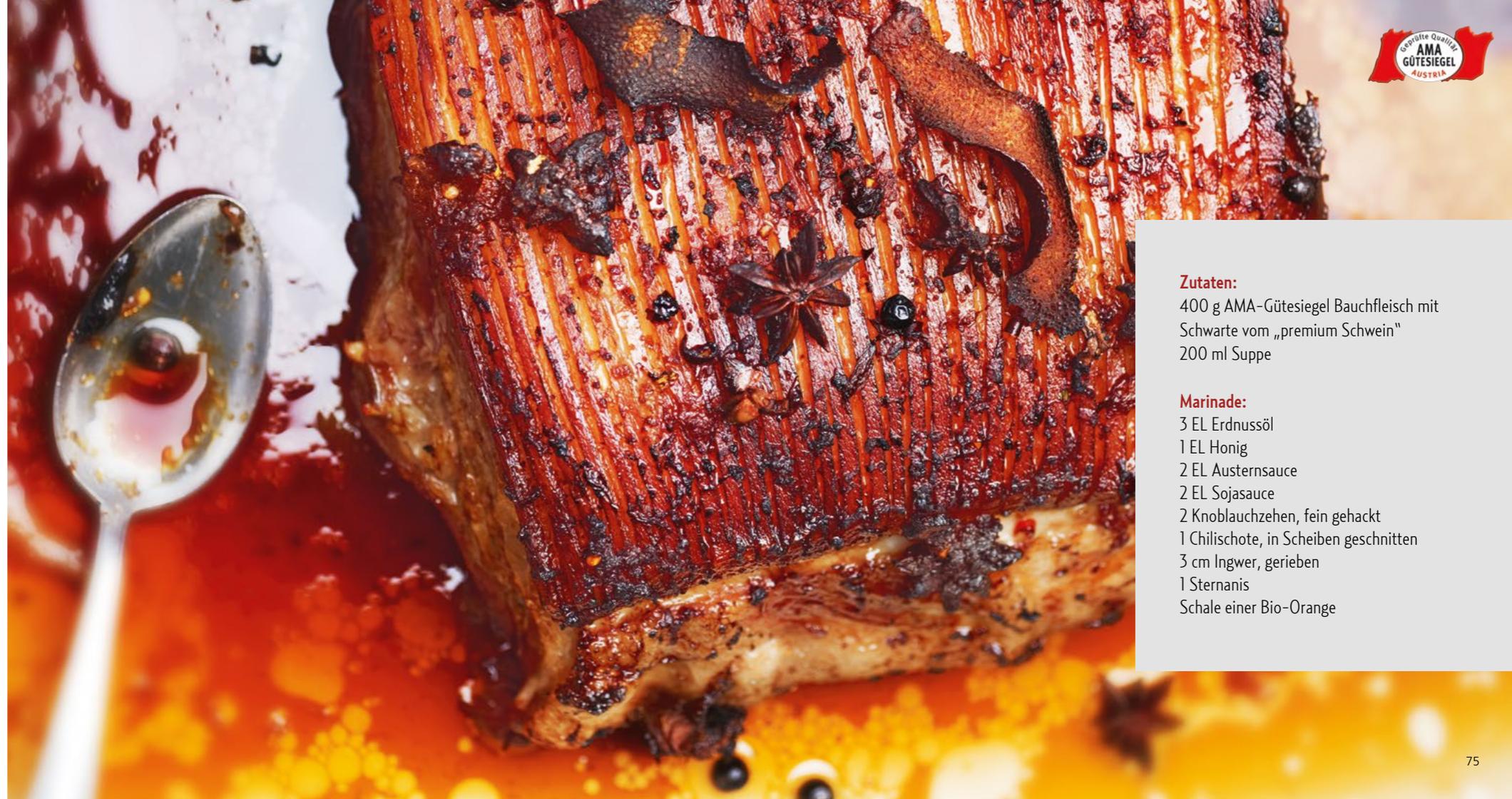
BUN CHA BAUCHFLEISCH

vietnamesisch

In einem Topf Erdnussöl erhitzen, den Honig hinzufügen und auflösen lassen, dann die restlichen Zutaten dazugeben. Das Bauchfleisch in einem tiefen Gefäß mit der Schwarte nach unten in dieser Sauce mindestens 4 Stunden, am besten aber über Nacht gekühlt marinieren.

Bauchfleisch aus der Marinade nehmen, die Schwarte quer einschneiden und auf einem Backblech mit etwas Wasser (die Schwarte wieder nach unten) im Backofen bei 160 °C 2 Stunden garen, dabei immer wieder mit der Flüssigkeit bzw. etwas Suppe übergießen. Dann wenden, die Temperatur auf 200 °C erhöhen und fertig grillen.

Dazu passen Glasnudeln und fein gehobelter Bierrettich.



Zutaten:

400 g AMA-Gütesiegel Bauchfleisch mit Schwarte vom „premium Schwein“
200 ml Suppe

Marinade:

3 EL Erdnussöl
1 EL Honig
2 EL Austernsauce
2 EL Sojasauce
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
1 Chilischote, in Scheiben geschnitten
3 cm Ingwer, gerieben
1 Sternanis
Schale einer Bio-Orange

RAUCH-SPARERIBS

mit Rettich

4 Liter Wasser mit den zerdrückten Knoblauchzehen, Lorbeerblättern, Liebstöckel, Senfkörnern, Pfefferkörnern und Salz in einem Topf aufkochen lassen. Bei kleiner Hitze die Schweineripperln darin ca. 40 Minuten köcheln lassen.

Für die Marinade alle Zutaten in einer Schüssel verrühren.

Nach dem Kochen die Ripperln auf einem Backblech dünn mit der Marinade bestreichen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C auf der mittleren Schiene einschieben und ca. 30 bis 40 Minuten bei Ober-Unterhitze braten (Umluft nicht empfehlenswert). Etwa alle 10 Minuten mit der Marinade bestreichen.

Die Ripperln aus dem Ofen nehmen und kurz vor dem Servieren nochmals mit der Sauce bestreichen. Mit fein gehobeltem Rettich servieren.

TIPP

Für dieses Rezept können Sie auch bereits vorgekochte Selchripperln verwenden.



Zutaten:

3 kg AMA-Gütesiegel geschlachte Karreeripperln vom „premium Schwein“
10 Knoblauchzehen
10 Lorbeerblätter
1 Bund Liebstöckel
1 TL Senfkörner
1 TL Pfefferkörner
Salz

Marinade:

3 Knoblauchzehen, fein gehackt
3 EL Sojasauce
2 EL Rotweinessig
2-3 EL Honig
200 ml Ketchup
2 EL grober Senf
3 TL Cayennepfeffer
1 TL edelsüßes
Paprikapulver
2 Stück schwarzer Rettich

GYOZA-TEIGTASCHEN

mit Schweinefleisch



Kohl und Schnittlauch ganz fein hacken. Ingwer reiben. Gyoza-Teigblätter auftauen. Alle Zutaten in einer Schüssel mit den Händen gut vermengen. Auf jedes Gyoza-Teigblatt etwa einen Teelöffel der Füllung geben. Den Rand mit Wasser befeuchten, dann die Hälfte des Teigblatts über die Füllung klappen und die Ränder in Falten legend zusammendrücken.

In einer Pfanne etwas Sesamöl erhitzen und die Gyozas hineinlegen, mit Sesamkörnern bestreuen. Nur kurz anbraten, dann Wasser oder Suppe hineingießen und zugedeckt 5 bis 6 Minuten dünsten. Den Deckel abnehmen und das restliche Wasser verdampfen lassen. Dann noch etwas Sesamöl hinzugeben und die Gyozas nur von der Unterseite goldbraun anbraten.

Für die Sauce alle Zutaten gut verrühren und zu den Gyozas reichen.

TIPP

Sie können die Teigtaschen auch im Dampf garen.



Zutaten:

125 g AMA-Gütesiegel Faschiertes vom „premium Schwein“
100 g Chinakohl oder Pak Choi
1/2 Bund Schnittlauch
1 cm Ingwer
1 EL Sesamöl
1 EL Sojasauce
1 EL Austernsauce
1 Messerspitze chinesisches
Fünf-Gewürze-Mischung
1 TL Misopaste (optional)
25 Stück Gyoza-Teigblätter
Sesamöl zum Anbraten
Sesamkörner
1 Tasse Wasser oder Suppe

Sauce:

1 EL Erdnussbutter
1 EL Sojasauce
1 haselnussgroßes Stück
Wasabipaste aus der Tube
1 EL Reissessig
1 EL Sesamöl



PORK-BUDDIES

Schweinefleisch kommt mit vielen Beilagen und Würzungen bestens zurecht, aber mit manchen noch besser. Denn einige Gewürze und Kräuter sind wie fürs Schweinerne geschaffen. Wobei sich diese kongenialen Begleiter weltweit doch erheblich unterscheiden – die wichtigsten in alphabetischer Reihenfolge:

Äpfel. Ob als Mus, gegrillte Spalten oder Bratapfel. In den USA zählt dieses Obst nicht ohne Grund zu den beliebtesten Beilagen für Schweinefleisch, aber auch in Europa kommt man immer mehr auf den Geschmack dieses „Food Pairings“.

Chilis. Schwein mag scharf – ob frische Chilis oder die pulverisierte Version „Cayennepfeffer“. „Chilipowder“ ist hingegen nur die Bezeichnung für eine Gewürzmischung, die in der Regel deutlich milder ist als die pure Chili-Variante. Und wenn man Chilis verwendet, kann auch immer eine kleine Prise Zucker dazu – das gibt den Aromenkick.

Honig. Ob Spare Ribs aus dem Smoker oder Bauchfleisch aus dem Wok. Im amerikanischen BBQ sowie im asiatischen Wok spielt Honig bei Schweinefleisch eine wichtige Rolle. Und tatsächlich passt dessen würzige Süße in Kombination mit pikanten und scharfen Komponenten wie Chilis, Essig und Knoblauch ganz hervorragend zu Schweinefleisch und zarten Schwarten.

Knoblauch. Der Klassiker für traditionelle Schweinsbraten in jeder Form, aber auch in der asiatischen Küche bei Schweinefleisch völlig unverzichtbar. Ein Muss – auch wenn es nicht viel sein muss. Und ideal zur Kombination mit dem Club Med der frischen Kräuter.

Kümmel. Der Gewürz-Klassiker „Echter Kümmel“ schmeckt nicht nur ganz ausgezeichnet zu Schweinefleisch, sondern hilft auch bei der Verdauung des delikaten Schweinespecks. Also gilt die Regel: je fetter der Braten, desto Kümmel.

Majoran. Besonders für faschiertes Schweinefleisch eigentlich unverzichtbar – egal ob Braten oder Saucen. Allerdings ist hier der getrocknete (und gerebelte) Majoran dem frischen geschmacklich eindeutig vorzuziehen.

Paprika. Gemeint ist hier natürlich das Gewürz, und zwar der sogenannte „edelsüße Paprika“, der aus der ungarischen Küche bekannt ist und dort nahezu jedes Schweinefleischgericht ziert. Allerdings sollte man ihn beim Braten eher spät und bei nicht allzu hohen Gar-temperaturen einsetzen, da er sonst leicht verbrennt und bitter wird.

Rosmarin. Das leicht harzige Aroma des Rosmarins passt ebenfalls hervorragend zu Schweinefleisch und ist besonders in Kombination mit Knoblauch und etwas Zitrone eine mediterrane Ideal-Kombination im Bratentopf.

Salbei. Frischer Salbei macht Koteletts und Naturschnitzel vom Schwein sehr elegant im Aroma, wenn er in der Pfanne mitgebraten wird, und veredelt auch jede Fülle. Getrockneter Salbei ist hingegen mit Vorsicht zu verwenden, da er leicht ins Bittere kippt.

Thymian. Das dritte mediterrane Kraut im Bunde ist Thymian, der mit Honig, Salz und Knoblauch kombiniert eine herrliche Glasur für Spieß und Braten aus Schweinefleisch abgibt.

VON SCHOPF BIS FUSS

„Nose to Tail“ lautet nicht nur ein überaus populärer Sachbuchtitel, sondern auch das Motto der globalen Zeitgeist-Gastronomie. Dort hat sich nämlich in den letzten Jahren die Erkenntnis durchgesetzt, dass gerade die Verwertung sogenannter „unedler“ Fleischteilstücke nicht nur ethisch korrekt und werbewirksam zugleich ist, sondern auch kulinarisch völlig neue Dimensionen eröffnet.

Immer populärere Niedertemperatur-Garmethoden wie BBQ und Sous-vide ermöglichen aber nicht nur der Haubenküche spektakuläre Textur- und Geschmackserfolge, sondern finden auch immer mehr in den Küchen- alltag. Wo denn auch das Know-how um Charakteristik und Eignung der unterschiedlichen Teilstücke heute gefragter ist denn je.



GARSTUFEN UND KERNTemperaturen

STEAKS VOM SCHWEIN

Garstufe	Kerntemperatur in °C		Fleischfarbe
	vor dem Rasten	nach dem Rasten	
medium à point	61° - 62°	63° - 64°	rosa
medium well demi-anglais	63° - 66°	65° - 69°	rosa
well done bien cuit	ab 67°	ab 70°	grau



IMPRESSUM

Medieninhaber und Herausgeber:
Erzeugergemeinschaft Gut Streitdorf eGen
Schillerring 13, 3130 Herzogenburg
Tel. +43 2782/81100

© 2019 by Gut Streitdorf eGen
Fotos: EZG Gut Streitdorf, agrarfoto.com,
GrillZeit, AMA, Johannes Brunnbauer
Rezeptfotos: Gunda Dittrich

Diese Broschüre dient ausschließlich dem privaten Gebrauch bzw. Informationszwecken. Die Inhalte der Broschüre wurden nach bestem Wissen und Gewissen erstellt, der Medieninhaber übernimmt jedoch keine Haftung oder Gewähr für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Zuverlässigkeit, insbesondere im Hinblick auf gesundheitliche Folgen oder Verträglichkeiten. Angaben zu gesundheitlichen oder medizinischen Themen stellen keinen Ersatz für die Beratung durch einen Arzt oder Apotheker oder einen anderen Vertreter von Heilberufen dar.

