

Exoten bereichern das Angebot

Ernährungswissenschaftler warnen noch vor Convenience und Fastfood. Doch es sind nicht wenige, die das Kochen wieder für sich entdeckt haben. Diese passionierten Hobbyköche setzen immer öfter auf exotische Fleischsorten, um ihre Gäste zu beeindrucken. Der neue Kundenkreis bietet somit auch neue, „grenzenlose“ Geschäftsfelder.

► **Kochen ist wieder chic**; aber das ist noch nicht alles. Wer ein echter Hobbykoch ist und auch bei seinen Freunden und Bekannten als Gourmet glänzen möchte, bringt immer häufiger Exoten auf den Teller. Mit Herkömmlichem lässt's sich schlecht zaubern; und so stoßen exotische Lebensmittel nicht nur bei Ferntouristen auf immer größeres Interesse. Insbesondere außergewöhnliche Fleischsorten aus allen fünf Kontinenten wie Strauß, Springbock, Känguru oder Elch lassen das Hobbykochherz höherschlagen.

Strauß – zu schwer, um zu fliegen

Der Strauß ist der größte, flugunfähige Laufvogel aus den Steppensavannen Südafrikas. Als Äser wird er in großen Freilaufgehegen gehalten. Unter den exotischen Gerichten gehört Straußenfleisch inzwischen schon eher zum Establishment. Nach dem Auftreten der ersten Fälle von BSE in Europa stieg die Nachfrage nach Straußenfleisch. 2001 wurden weltweit insgesamt 6.500 bis 7.500 t Fleisch in den Handel gebracht. 80 Prozent davon wurden nach Deutschland exportiert. 2002 ebte der vorübergehende Nachfrageboom jedoch etwas ab. Heute ist es weniger die Neugier, warum die Kunden zum Straußenfleisch greifen. Das Straußenfilet sitzt schräg oben hinter den Keulen, während die Steaks aus den Keulen kommen. Der Geschmack erinnert an Rinderfilet, aber auch ein



Straußenfarm Mhou

Der afrikanische Strauß gehört zu den Laufvögeln und ist der größte lebende Vogel der Erde.

wenig an Ente oder Pute. Auch die sehr dunkelrote Farbe ähnelt magerem Rind- oder Wildfleisch, was einen gewissen Biss erwarten lässt. Doch Straußenfleisch ist sehr mager und zart. Bei richtiger Zubereitung kann es förmlich auf der Zunge zergehen. Straußenfleisch braucht eine Reifezeit von 10 bis 14 Tagen, um zart und saftig zu werden. Im Vergleich zu Rind oder vor allem Schwein ist Straußenfleisch deutlich cholesterinärmer. Das wenige Fett (1,2 g pro 100 g Fleisch) liefert zu weiten Teilen die als essenziell

Rezepttipp

Gefülltes Straußenmedaillon im Lauchmantel

Zutaten für 4 Personen:

- 4 Scheiben Straußenfilet à 200 g, ca. 3 cm dick
- 50 g frische Champignons

- 1 EL feingeschnittene Zwiebeln
- 30 g gekochter und gehackter Schinken
- 4 breite Lauchstreifen
- 1 gestrichener TL Tomatenmark
- 1 EL gehackte Petersilie
- Salz, Pfeffer, Butter, Fett,

Zubereitung: Fleischstücke auf einer Seite einschneiden. Champignons feinhacken. Zwiebeln in Butter andünsten, Schinken, Champignons und Tomatenmark zugeben. Alles bei starker Hitze kochen, bis die sichtbare Flüssigkeit verdunstet ist. Erkalten lassen, dann die Petersilie untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Fleischstücke sorgfältig füllen, mit Lauchstreifen über Einschnitt umbinden und mit Küchengarn einmal umwickeln. In Fett scharf anbraten und im vorgeheizten Backofen bei 140 °C ca. 10 Minuten fertiggar. Bratensatz mit Wein oder Madeira ablöschen.

Dazu: Frisches Gemüse und Schupfnudeln, Kroketten oder Kartoffelgratin. Trockener Grauburgunder oder Rotwein.

Straußenfarm Mhou



Straußenfarm Mhou

Gefülltes Straußenmedaillon im Lauchmantel mit Schupfnudeln und frischen Champignons.

Einhefter Seydelmann

Einhefter Seydelmann



Golden Buffalo

Ein Wasserbüffel bringt es auf eine Kopfrumpflänge von fast 3 m, eine Schulterhöhe von 180 cm und ein Gewicht von mehr als 1 t.

bezeichneten, ungesättigte Fettsäuren. Diese essenziellen Fettsäuren kann der menschliche Organismus nicht selbst herstellen und sie müssen über die Nahrung zugeführt werden. Sie spielen eine wichtige Rolle in den verschiedenen Stoffwechselprozessen. Straußenfleisch eignet sich für Steaks und Filets und schmeckt am besten mit einem leicht rosa Kern. Aber auch Straußenbraten und -gulasch sind beliebte Rezepte. Straußenfleisch nimmt Gewürze sehr gut auf; ihr Geschmack bestimmt die Zubereitung.

Wasserbüffel – mehr als Käse

Bekannt wurde der Wasserbüffel in Deutschland vor allem über den Büffelmozzarella. Aus der Milch der Büffelkühe, die rund 70 Prozent weniger Cholesterin enthält als Rindermilch, wird auch Butter und Joghurt hergestellt. Der Wasserbüffel ist ein sehr altes Haus- und Nutztier. Seine Domestikation erfolgte im süd- und südostasiatischen Raum. Schon im sechsten Jahrhundert, als ihn die Langobarden nach Europa eingeführt, war das Büffelmännchen wegen seines wohlschmeckenden, wildaromatischen und sehr zarten Fleisches geschätzt. Die Fleischfärbung geht ins Dunkelrote. Der wesentliche äußere Unterschied zwischen Wasserbüffel und Hausrind liegt im Hornquerschnitt. Dieser ist beim gemeinen Hausrind rund bis oval, wohingegen das Horn des Büffels durch eine dreieckige Form gekennzeichnet ist. Gegenüber dem Hausrind besitzt der Wasserbüffel zudem oft ein spärlicheres, aber längeres Haarkleid, welches im Sommer wesentlich dünner ist als im Winter. Ernährungsphysiologisch relevant ist der geringe Fettgehalt. Büffel Fleisch ist mit circa einem Prozent Fett im Muskelfleisch sehr fettarm. Auch das Büffel Fleisch enthält dabei aber einen hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren. Darüber hinaus gilt Büffel Fleisch als guter Vitaminlieferant. Besonders erwähnenswert sind die Vitamine der B-Gruppe sowie Vitamin A. Thiamin etwa (Vitamin B₁) benötigt jede Körperzelle, um den Abbau der Kohlehydrate und die Funktion von Nerven, Herz und Darm zu gewährleisten. Im Büffel Fleisch finden sich bis zu 23 Prozent Protein. Mit dem Eiweiß von Büffel Fleisch kann der Proteinbedarf mit wertvollem Fleischeiweiß ergänzt werden. Schließlich wird

Fleisch vom Büffel auch als Lieferant von Mineralstoffen und Spurenelementen beworben. Beispielsweise enthält 1 kg Fleisch mehr als 20 mg Eisen.

Bison – das Rind der Nordhalbkugel

Das Bison wird in den USA oder Kanada auf Farmen gezüchtet. In freier Wildbahn kommt es nur noch selten vor und ist geschützt. Die Haltung auf Farmen soll gewährleisten, dass sich die Tiere frei bewegen und auf natürliche Weise von den Weidewiesen ernähren können. Ihr Fleisch wird als ein sehr weiches Fleisch geschätzt; es ist dunkelrot und fettarm. Als Schnitte sind Hinterkeule und Schulter sowie Entrecotes und Tenderloin gebräuchlich. Die Schnitte werden meistens mit den amerikanischen Namen benannt, wie „Rib-Eye“ (Entrecote 2), „striploin“ (Entrecote 1), „knuckle“ (Nuss), „Inside square“ (Oberschale) oder „outside square“ (Unterschale). 100 g enthalten etwa 22 Prozent Eiweiß, 1,4 Prozent Fett und 45 mg Cholesterin. Geschmacklich ähnelt es Rindfleisch, ist aber zarter. Ernährungsphysiologisch gilt es als fett- und cholesterinarm, aber reich an Eiweiß, Mineralstoffen und B-Vitaminen. Bisonfleisch wird wie Rind zubereitet, allerdings sind die Garzeiten kürzer, weil es sehr mager ist. Meistens reicht die Hälfte der Zeit.



Bismetta

Gebratenes Bison-Tenderloin-Filet mit Wildbeeren ist eine besondere Delikatesse.

STEFAN OCHS

Rohrbahnanlagen
Schlachttechnik
Tel. 0 66 61/69 73
www.stefan-ochs.de



Comerstone/Schm/WWW.PIKELLO.DE

Kängurus leben ausschließlich in Australien, Neuguinea und Tasmanien sowie auf verschiedenen vorgelagerten Inseln.

Kobe – das verhätschelte Rind

Das Kobe-Rind aus der japanischen Region um Kobe gilt als teuerstes und exklusivstes Hausrind der Welt. Seine Rasse zählt zu den japanischen Rindern („Wagyu“). Die Art und Weise der Tierhaltung ist wohl einzigartig. Die Rinder werden mit einem speziellen Kraftfutter auf Basis von Getreide, Rüben und Kartoffeln gefüttert. Der täglichen Futtermischung dürfen keinerlei Antibiotika oder Wachstumsbeschleuniger zugegeben werden.

Allerdings bekommen die Rinder regelmäßig Bier zu trinken, an schwülen Tagen bis zu zwei Flaschen am Tag. Das soll den Appetit der Tiere anregen, damit sie gerade an schwül-heißen Tagen reichlich fressen. Außerdem regt die Hefe im Bier Mikroben im Magen der Rinder an, so dass sie ihre Nahrung besser aufnehmen können. Das Wichtigste bei der Aufzucht von Kobe-Rindern ist allerdings die tägliche Massage. Die Bauern massieren ihre Rinder täglich bis zu drei Stunden mit einem speziellen Handschuh und sprühen sie dabei mit einer besonderen alkoholischen Mixtur auf der Basis japanischen Reisweins ein. Dank dieser Behandlung soll

das Fleisch eine besonders mürbe Struktur und eine exzellente Marmorierung mit feinen Fettäderchen erhalten. Das Kobe-Rindfleisch gilt als das am besten und stärksten marmorierte Fleisch aller Rinderrassen. Aufgrund der besonders aufwändigen Zuchtmethoden können die Bauern nur kleine Herden von fünf bis zehn Rindern halten. Ein finanzieller Nachteil dürfte ihnen dennoch nicht entstehen, denn bereits der Verkauf eines Kobe-Rindes ist normalerweise ausreichend, um den Eigentümer und seine Familie zu ernähren. Denn Kobe-Rindfleisch ist das teuerste Rindfleisch der Welt; 1 kg echtes Kobe-Rindfleisch kostet 200 bis 400 Euro, manchmal sogar noch mehr. Neben der sehr aufwändigen Zucht bestimmen auch die restriktiven Qualitätsmerkmale für echtes Kobe-Beef den Preis. Man sagt, dass jährlich nur etwa 4.000 Rindern diese hohen Qualitätsmerkmale erfüllen und als echtes Kobe-Beef verkauft werden dürfen. Kobe-Beef wird auch nicht aus Japan exportiert. Alles, was in Amerika, Australien und Europa unter dem Namen Kobe-Beef, Wagyu-Beef oder ähnlichen Bezeichnungen angeboten wird, ist kein echtes Kobe-Beef sondern stammt aus Nachzüchtungen, die bisweilen mit westlichen Rassen wie dem Black Angus gekreuzt wurden. In Deutschland kostet 1 kg rund 200 bis 300 Euro, in Japan 600 Euro. Kobe-Beef weist unter den Rinderrassen den geringsten Anteil an den als ungesund geltenden gesättigten Fettsäuren auf.

Känguru – Down Under oben auf

Kängurus sind eine einzigartige, vor allem australien-spezifische Tiergattung. Von den 48 Känguruarten in Australien werden vier kommerziell gejagt. In den ver-

Rezepttipp

Kängurufilets mit Röstkartoffeln und Zucchiniastreifen

Zutaten für 4 Personen:

- 1 kg Kängurufilet (Striploin, Loin oder Long)
- 2-3 Zucchini

- 2-3 getrocknete Chilischoten
- 500 g Kartoffeln klein bis mittelgroß
- Olivenöl, Pfeffer, Salz

Zubereitung: Das Fleisch bei Zimmertemperatur auftauen lassen. Dann mit Olivenöl bestreichen und mit Pfeffer würzen. Nicht sofort salzen, da es wegen des hohen Fettanteils sonst zu trocken wird. In heißem Fett rundum scharf anbraten. Dann das Fleisch in Alufolie einwickeln und im Backofen bei 120 °C circa 30 Minuten backen, bis es innen rosa ist. Die Kartoffeln mit Schale kochen und halbieren, anschließend kurz scharf anbraten. Die Zucchini in feine Streifen schneiden und circa zehn Minuten dünsten. Mit Salz, groben Pfefferkörnern und zerkleinerten Chilischoten würzen; anschließend auch die Zuchinistreifen nochmals kurz anbraten. Alles mit etwas kleingehackter Petersilie garnieren.



Bennetts

Kängurufleisch gilt als äußerst schmackhaft.

Bennetts

gangenen zehn Jahren hat die Känguruindustrie jährlich über zwei Millionen Tiere geschossen. Dennoch ist die Zahl der Kängurus heute größer denn je, was der kontinuierlichen Verbesserung der Futter- und Wasserversorgung zugeschrieben wird. Kängurufleisch kommt ausschließlich aus Australien und hat sich inzwischen zu einem der beliebtesten Exoten auf dem deutschen Markt entwickelt. Schon den Aborigines galt Kängurufleisch als eine der schmackhaftesten Fleischsorten des Kontinents. Heute ist die Nachfrage in Australien kaum noch vorhanden, der Großteil wird exportiert, insbesondere nach Europa. Kängurufilet gilt als sehr fettarm (circa ein Prozent) und zart. Es lässt sich zu Medaillons verarbeiten oder auch zu einem extravaganten Geschnetzeltem. Profis raten, die Filetstränge von allen Seiten kurz anzubraten und es dann langsam bei etwa 100 °C im Backofen nachgaren zu lassen sowie hin und wieder mit Gemüsebrühe zu übergießen, damit es nicht austrocknet – würzen je nach Geschmack. Verglichen wird Känguru oft mit Rindfleisch, aber auch mit Wild, konkret mit Rehfleisch. Bei jungen Tieren ist der Geschmack jedoch noch weniger ausgeprägt. In Sachen Gesundheitswert lässt sich auch beim Kängurufleisch festhalten, dass es wenig Fett enthält (ein bis zwei Prozent) und somit auch als cholesterinarm gilt. Reich ist es hingegen an Eiweiß, Eisen und Vitaminen. Das Fleisch eignet sich zum Grillen, Schmoren, Kochen und Braten. Dabei ist darauf zu achten, dass es nur kurz gegart werden sollte. Ganz durchgegart wird es schnell zäh und fade.

Elch – die schwedische Alternative

Das ausgeprägte Aroma von Elchfleisch erinnert an Rind und Wild. Es wird auch aus Nordamerika, vor allem aber aus Skandinavien importiert. In Schweden ist Elchfleisch seit jeher eine beliebte Delikatesse. Das Fleisch des „Königs der Wälder“ ist nicht nur wohl-schmeckend, sondern auch sehr mager und lange lagerbar. Das dunkle Muskelfleisch kommt mit einem etwas milderen Wildgeschmack daher als andere Wildfleischarten. Es wird ähnlich wie Rindfleisch zerlegt und kann auch auf gleiche Weise zubereitet werden. So wird Elchfleisch häufig zu Hamburgern, Steaks, Wurst oder Trockenfleisch verarbeitet. Der Schlachtanteil beim Elch beträgt etwa 55 Prozent des Lebendgewichtes. Damit ergibt sich beim europäischen Elch ein Schlachtgewicht bei Kälbern von etwa 60 bis 80 kg. Bei Jungbullen und Jungkühen liegt es zwischen 150 bis 180 kg und ausgewachsene Tiere bringen ein Schlachtgewicht von 190 bis 230 kg auf die Waage. Das Tenderloin-Filet (echtes Filet) gilt bei Feinschmeckern als besonders zart und eignet sich gut zum Kurzbraten in der Pfanne, zum Grillen, für Fondue oder auch als Braten im Ofen. 100 g Elchfilet enthalten 22,4 Prozent Eiweiß, zwei Prozent Fett und 48 mg Cholesterin. Die Stücke des 3er-Schnitts

stammen aus der Unterschale, Kugel sowie Hüfte und sind herzhafter und kräftiger als das Filet. Sie eignen sich bei gleichen Nährwerten besonders für Steaks, einen saftigen Braten oder Geschnetzeltes.

Springbock – Afrikas Senkrechtstarter

Der Springbock ist Afrikas bekannteste und beliebteste einheimische Antilope. Die Gestalt gleicht der einer echten Gazelle. Der Springbock wird jedoch einer anderen Gattung zugeordnet, da sein Gebiss von dem der Gazellen abweicht: Er hat im Unterkiefer zehn statt zwölf Mahlzähne. Der Springbock lebt und durchzieht in großen Herden von 100 bis 2.000 Tieren die trockenen und heißen Savannen Südafrikas, Namibias, Angolas und Botswanas. Seinen Namen hat der Springbock von den senkrechten Sätzen, mit denen die Antilope in die Höhe schnell, wenn sie erschreckt wird. Diese Sprünge aus dem Stand können Höhen von 3,5 m erreichen. Bei dem so genannten Prunken bleiben die Beine steif, der Rücken wird nach außen gewölbt, und aus einer Hautfalte im Rücken treten die langen, weißen Haare hervor, die weithin zu sehen sind. Das Fleisch des Springbocks hat eine feine Konsistenz und gilt als sehr fettarm. Der delikate Geschmack ergibt sich aus den natürlichen Ernährungsgrundlagen des Tieres wie wilde Gräser und Kräuter. Medium gebraten entfaltet das Springbock-Filet sein ganzes Aroma mit einer feinen Wildnote und behält seine Zartheit. 100 g Fleisch enthalten etwa 23,70 Prozent Eiweiß, 1,70 Prozent Fett und 62 mg Cholesterin. All diesen Tieren, die in den westeuropäischen Küchen noch als Exoten, vielen gar als suspekt gelten, ist gemein, dass sie sich als fettarme Alternativen anbieten. Was in anderen Kontinenten schon seit Jahrzehnten oder Jahrhunderten fester Bestandteil der Ernährung ist, befindet sich auf gutem Weg, auch hierzulande eine wertvolle und gesunde Ergänzung des Speiseplans zu werden.

Aaron Buck



Der Elch hat eine Kopfrumpflänge von bis zu 3 m, eine maximale Schulterhöhe von 230 cm und wiegt bis zu 800 kg.

Das Fleisch-Prüfung

**Unser Beitrag zum Klimaschutz:
Vermeidung von über
2.700 t CO₂!**

Bei H & E Fleisch ist Nachhaltigkeit nicht nur ein Motto, sondern Teil der Unternehmensphilosophie.

Bereits 1993 wurden in den Rauschlagern des Unternehmens der erste energieeffiziente C/A-Rauchherd in Betrieb genommen.

Einmal wurde die Einsparung an mehr als 2.700 t CO₂ verrechnet und gleichartig über 4.000.000 m² Erdgas eingespart!

Im Vergleich zu 1 t CO₂ sind das etwa 1000 kg CO₂.

www.h-e-fleisch.de

AMMAX

www.gesunde-Beziehungen-lagen
KMS 0115
55675 100 20000 Tel. 0221 4210
www.h-e-fleisch.de mail: info@h-e-fleisch.de