



Wildfleisch: So bleibt das Fleisch zart und saftig

Wildfleisch: So bleibt das Fleisch zart und saftig - Reh, Hirsch, Wildschwein, Hase und Kaninchen - Gerichte mit Wildfleisch sind nach wie vor etwas Besonderes und haben gerade in der kalten Jahreszeit Saison. Damit das Wild gut schmeckt, gibt es ein paar Dinge zu beachten. So sollten beispielsweise Reste der Außenhaut entfernt werden, da sie ausgesprochen sehnig ist. Besonders saftig gelingt das Fleisch, wenn es über Nacht an einem kühlen Ort in einer leicht gesalzenen Brühe aus Wildknochen eingelegt wird. Die oberen Zellschichten nehmen die Flüssigkeit auf und geben sie beim Braten wieder ab. Der eigene Fleischsaft bleibt dadurch weitestgehend im Wildbret erhalten. Dass Spicken oder Bardieren das Fleisch saftiger macht, ist übrigens eine Mär. Beim Spicken wird das Fleisch mit Speckstreifen oder Gewürzen durchzogen, Bardieren ist das Umwickeln mit Speck. Das Fleisch nimmt generell kein Fett auf, es bleibt lediglich an der Oberfläche haften. Da der Speck zusammen mit dem Fleisch gegessen wird, entsteht jedoch der Eindruck, dass das Wildbret durch diese Methode saftiger schmeckt. Doch das Gegenteil ist der Fall: Die Oberfläche des umwickelten Fleischstücks verschließt sich beim direkten Anbraten in Fett erst später und solange kann Saft austreten. Durch das Spicken mit Gewürzen gelangen die Aromen ins Innere des Fleisches. Allerdings verwendet man hierfür besser nicht die Spicknadel, sondern schneidet das Loch vorsichtig mit einem Messer. So werden die Zellen geöffnet und die Gewürze nicht abgestreift. Wildfleisch sollte mindestens für zwei Minuten auf eine Kerntemperatur von 70 Grad Celsius oder darüber erhitzt werden. Denn beim Erlegen des Tieres kann man ein Eindringen von Erregern in die Muskelzellen nicht ausschließen - auch trotz einer amtlichen Fleischuntersuchung. Wenn das Fleisch beim Eindrücken mit dem Finger nicht mehr nachgibt, ist das Stück durchgegart. Der austretende Saft sollte nicht mehr rosa sein. Wer auf Nummer Sicher gehen will, verwendet ein Bratthermometer. Dr. Claudia Müller, www.aid.de Weitere Informationen: aid-Heft "Wild und Wilderzeugnisse", Bestell-Nr. 61-1341, 2,50 EUR, <http://www.aid-medienshop.de> Weitere Tipps zur Zubereitung und Lagerung von Wildfleisch auf www.was-wir-essen.de in der Rubrik Lebensmittel von A-Z / Wildfleisch / Zubereitung und Lagerung. Friedrich-Ebert-Straße 3 53177 Bonn Deutschland Telefon: 02 28/ 84 99-0 Telefax: 02 28/ 84 99-177 Mail: aid@aid.de URL: <http://www.aid.de> 

Pressekontakt

aid

53177 Bonn

[aid.de](http://www.aid.de)
aid@aid.de

Firmenkontakt

aid

53177 Bonn

[aid.de](http://www.aid.de)
aid@aid.de

aid ? drei Buchstaben stehen für: Wissenschaftlich abgesicherte Informationen Fach- und Medienkompetenz Und ein kreatives Informationsangebot in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" sowie "Landwirtschaft und Umwelt". Wer informieren will, muss besser informiert sein. Die Vielzahl von Informationen, die täglich auf jeden von uns einströmt, ist kaum noch zu überblicken. Oft widersprechen sich die Aussagen und verwirren mehr als sie nützen. Gefragt sind Ratschläge, die wissenschaftlich abgesichert sind und sachlich informieren. Der aid hat sich genau das zur Aufgabe gemacht und bietet wissenschaftlich abgesicherte Informationen in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" und "Landwirtschaft und Umwelt". Unsere Aussagen sind unabhängig und orientieren sich an den gesicherten Erkenntnissen der Wissenschaft. In Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern und Praktikern sammeln wir Fakten und Hintergrundinformationen, werten sie aus und bereiten sie zielgruppengerecht auf. Unsere Publikationen wenden sich an Verbraucher, Landwirte und Multiplikatoren wie Lehrer, Berater und Journalisten. Der aid ist ein gemeinnütziger Verein und wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft finanziert. Sein Auftrag, sachlich und interessenunabhängig zu informieren, ist in der Satzung festgelegt. Beim aid arbeiten namhafte Experten, Praktiker und Medienfachleute zusammen. Informationsmedien, die der aid herausgibt, entsprechen dem aktuellen Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse und vermitteln Wissen zielgruppengerecht und praxisorientiert.