







Braten & Schmorgerichte

Rezepte und Food-Fotographie:
Karl Newedel





Inhalt

Die Rezepte

Rindfleisch	18
Schweinefleisch	46
Geflügel	66
Lamm- und Wildfleisch	86
Wurst	106
Warenkunde	10
Tipps zu den Rezepten	17
Abkürzungen	17
Die wichtigsten	
Garmethoden	120
Rezeptregister	122
Impressum	124



Vorwort

Meine Mutter wuchs als Tochter eines bayerischen Müllers und Bauern auf. Nach dem frühen Tod ihrer Mutter musste sie schon in jungen Jahren für das leibliche Wohl ihrer elf Geschwister sowie der Angestellten der Mühle und des Hofes sorgen. Fleischgerichte gab es meist nur an Sonn- und Feiertagen, sie wurden deshalb hoch geschätzt und mit viel Sorgfalt zubereitet. Meine Großmutter väterlicherseits war schon in jungen Jahren als Köchin in den Diensten der Fürsten von Liechtenstein, die bis zum Beginn des Zweiten Weltkriegs in Wien und Mähren lebten. Kulinarisch verwöhnt von zwei großen Köchinnen – meine Oma wohnte nur einen Katzensprung von uns entfernt –, wuchs ich mit Köstlichkeiten aus dem Gemüsegarten auf, mit sonn-täglichen Braten, Kuchen und Torten.

Nachdem ich die Möglichkeit erhielt, eine Ausbildung zum Koch im Münchner Kempinski-Hotel „Vier Jahreszeiten“ zu beginnen, fiel es mir nicht schwer, meine Schul-laufbahn zu beenden, um in die Welt zu ziehen und das Kochen professionell zu er-lernen. In Hotel- und Restaurantküchen, bei der Arbeit als Foodstylist und später als Foodfotograf konnte ich eine große Bandbreite an Gerichten kennenlernen und aus-probieren. Mit diesem Buch gebe ich nun meine Erfahrungen bei der Zubereitung von Braten und Schmorgerichten an Sie weiter.

Die Voraussetzung für ein gutes Gelingen ist wie bei allen Gerichten eine bestmögli-che Qualität der Lebensmittel. Der Kauf von minderwertiger Ware kommt einen letzt-endlich immer teurer zu stehen und ist speziell bei Fleischprodukten oft mit dem Lei-den der Tiere aus Massenhaltung verbunden. Meine Empfehlung ist es daher, lieber den Fleischkonsum zu reduzieren, und stattdessen weniger Fleisch von bester Quali-tät zu kaufen.

Bei der Auswahl der Gerichte habe ich festgestellt, dass das Buch weitaus mehr Sei-ten haben müsste, um die Vielfalt meines Repertoires an Braten und Schmorgerich-ten präsentieren zu können. Ich habe deshalb versucht, hier die besten Rezepte be-kannter Gerichte zusammenzustellen.

Behilflich war mir dabei mein guter Freund und Weggefährte schon als junger Koch, der Küchenchef und Gastronom Josef Weh, bei dem ich mich, wie auch bei meiner lieben Frau, die mich mit Rat und Tat und nicht zuletzt mit konstruktiver Kritik unter-stützt hat, bedanken möchte.

Gehen Sie mit Leichtigkeit und Fantasie ans Werk, betrachten Sie Würzzutaten als unverbindlichen Vorschlag, der variiert werden darf und kochen Sie möglichst mit frischen Produkten.

Gutes Gelingen und viel Spaß wünscht Ihnen

Karl Newedel



Rindfleisch

Die Qualität des Fleisches hängt ab vom Alter der Tiere, vom Geschlecht, von der Rasse, der Tierhaltung und nicht zuletzt von der Verarbeitung nach dem Schlachten.

Rindfleisch wird folgendermaßen klassifiziert

Kalbfleisch nennt man das Fleisch, das von Tieren im Alter von 3 bis 6 Monaten in den Verkauf kommt. Das Fleisch ist besonders zart und im Geschmack milder als Rindfleisch. Je nach Fütterung ist das Fleisch rosafarben bis rot, aber nicht zu kräftig dunkelrot. Sehr helles Kalbfleisch (weißlich rosa) erzielte man früher, indem man die Tiere im Dunkeln unter Einschränkung der Bewegungsfreiheit hielt, was mittlerweile in Deutschland verboten ist.

Jungrindfleisch stammt von noch nicht ausgewachsenen männlichen oder weiblichen Tieren (14 bis 22 Monate), ist feinfaserig und zart, aber noch nicht marmoriert.

Jungbullenfleisch ist das Fleisch von nicht kastrierten männlichen Tieren im Alter von 14 bis 22 Monaten, es ist hellrot und von kräftiger Struktur.

Bullenfleisch ist das Fleisch männlicher, nicht kastrierter Tiere im Alter ab 23 Monaten. Es ist dunkelrot, grobfaserig und wenig marmoriert. Es wird wie Kuhfleisch meist zu Wurstprodukten verarbeitet (eine Ausnahme ist das Bullenfilet).

Ochsenfleisch nennt man das Fleisch von kastrierten männlichen Tieren, die meist im Alter zwischen 15 Monaten und 3 Jahren geschlachtet werden. Ochsen wachsen wegen der Hormonveränderung langsamer. Das Fleisch ist kräftig dunkelrot, mehr oder weniger mit weißen Fettäderchen durchzogen (marmoriert), zart und saftig.

Färsenfleisch nennt man das Fleisch weiblicher Tiere im Alter zwischen 15 Monaten und 3 Jahren, es ist heller als Ochsenfleisch, feinfaserig zart und saftig.

Fleischqualität

Richtig zart wird nur „gereiftes“ Rindfleisch! Dabei wird das Fleisch für mehrere Wochen unter klimatisch günstigen Bedingungen in aller Regel vakuumverpackt gelagert. Durch eigene Enzyme wird das Fleisch dabei immer mürber.

Bei Rindfleisch eignen sich Rücken, Filet und Teile aus der Hüfte zum Kurzbraten. Dabei wird das Fleisch angebraten oder gegrillt und dann mehr oder weniger rosa gebraten. Andere Teile des Rinds sind ebenso hochwertig, jedoch preisgünstiger. Für diese Stücke braucht man auch meistens eine andere Zubereitungsmethode, beispielsweise Schmoren oder Kochen. Mit ausschlaggebend für die Fleischqualität ist auch die Rinderrasse. Es gibt beispielsweise Rassen, die auf hohe Milchleistung gezüchtet wurden oder reine Fleischrassen sowie Zweinutzungsrasen. Allein in Deutschland sind 41 Rassen registriert. Weltweit gibt es etwa 500 Rinderrassen.

Je stärker das Fleisch mit kleinen Fettäderchen durchzogen (marmoriert) ist, umso saftiger und zarter schmeckt es. Die Japaner haben es mit dem Kobe-Rind diesbezüglich auf die Spitze getrieben. In der Gegend um Kobe wird eine besondere Rinderrasse, Tajima-Rinder, meist nur in kleinen Herden von 3 bis 5 Rindern aufgezogen. Die Tiere werden mit speziellem Futter versorgt, dessen Zusammensetzung von den Züchtern geheim gehalten wird. Bekannt ist nur, dass keine künstlichen Wachstumshormone, Antibiotika und dergleichen verabreicht werden. Tajima-Rinder benötigen etwa dreimal so viel Zeit bis zur Schlachtreife wie herkömmliche Tiere. Ihr Fleisch ist extrem marmoriert und butterzart. In Japan zahlt man für 1 kg echtes Kobe-Rindfleisch 400 bis 600 Euro. In den letzten Jahren werden vermehrt in Amerika, Australien und auch in Europa solche Rinder gezüchtet, die außerhalb Japans als Wagyu-Rinder in den Handel kommen.





Karl Newedel

Braten & Schmorgerichte

Gebundenes Buch, Pappband, 128 Seiten, 21,0 x 26,0 cm

ISBN: 978-3-572-08083-0

Bassermann Inspiration

Erscheinungstermin: November 2012

So gut schmeckt Fleisch

Gutes Fleisch ist ein wertvolles Lebensmittel, darum sollte es perfekt zubereitet werden! Karl Newedel gibt in diesem Buch seine besten Rezepte für die gute Fleischküche preis. Natürlich bekommen Rind, Schwein und Geflügel den ihnen gebührenden Platz , aber auch für Lamm, Wild und sogar Wurst gibt es verlockende Rezepte und einfach nachzukochende Gerichte. Natürlich erfährt man auch, mit welchen Fleischarten man wie richtig umgeht.