

Heiko Antoniewicz

Ludwig Maurer

Michael Podvynec



MATTHAES





Heiko Antoniewicz

Ludwig Maurer

Michael Podvinec

VER

EDEL

UNG

VON FLEISCH, FISCH UND GEMÜSE

Fotografie: Volker Debus

MATTHAES VERLAG GMBH

Ein Unternehmen der dfv Mediengruppe



INHALT

Vorwort
**Eckart
Witzigmann**
▼
6-7

**Arten der
Veredelung**
▼
12-13

Grundlagen
▼
14-73

Produkte
▼
74-97

Rezepte
▼
98-225

Anhang
Produktion
▼
226-234

Dank
▼
235

Die Kreativen
▼
236-237

Register
▼
238-239

Impressum
▼
240



STARS IN DER KÜCHE

LIEBER LESER,

kulinarisch begeistern wir uns von jeher für Gegensatzpaare, wenn sie in der Küche zu einer harmonischen Komposition gebracht werden. Die Kombination von Reife und Frische, wie beispielsweise bei Blutwurst und Jakobsmuschel, ist grandios, wenn sie kunst- und geschmackvoll in Szene gesetzt wird. Denn diese Gegensätze bringen eine Fülle an Ergänzungen, in Bezug auf Textur, Geruch, Schmelz und Geschmack mit sich. Es sind solche Geschmackserlebnisse, die uns glücklich machen, denn gleichzeitig wirken sie wie ein Spiegel des Lebens. Wenn ein junger Koch in die Welt hinausgeht, um sie zu erobern, braucht er neben seinem Elan in erster Linie Vorbilder an denen er sich orientieren und von denen er etwas lernen kann. Mit anderen Worten: Er sucht nach Köchen, die etwas Besonderes sind, da sie etwas Einzigartiges geschaffen und durch ihre Arbeit ihr Profil geschärft haben. Neben dem Handwerk und den Techniken der täglichen Arbeit in der Küche sind es Ideen und Überzeugungen, die von diesen Köchen vermittelt werden. Während meiner weltweiten Lehr- und Wanderjahre als Koch habe ich nicht nur das Glück gehabt, bei einigen meiner Vorbilder arbeiten zu dürfen, ich habe von ihnen auch großartiges Entgegenkommen erfahren. Und vielleicht ist es genau das, was einen großen Koch auszeichnet: er möchte seine Ideen nicht nur am Herd umsetzen, er möchte sie weitergeben, denn nur so kann er ein offenes Auge für talentierte junge Köche entwickeln. Bücher sind auf diesem Weg wichtige Meilensteine, denn sie fassen die Gedankengänge zu einem Thema oder eines Arbeitsabschnittes konzentriert zusammen. Die großartigen Chefs, bei denen ich lernen und arbeiten konnte, prägten mit ihren Arbeiten und ihren Büchern einen Kochstil, der später unter dem Begriff „Nouvelle

Cuisine“ oder auch die sogenannte „Neuzeitliche Küche“ zusammengefasst wurde. Im Kern ging es darum, das Produkt wieder als den Star in der Küche zu begreifen. Wie kann man seinen Charakter am besten zur Geltung bringen? Wie kann man Spannung erzeugen? Wie den Gast für das Produkt begeistern? Als logische Konsequenz stellte man damals einige pragmatische Forderungen, die sich teilweise so modern lesen, als wären sie erst gestern neu erfunden worden: auf die Frische und die Regionalität der Produkte wurde jetzt Wert gelegt, die Saucen sollten den Geschmack nicht überdecken, daher wurde auf Marinaden weitgehend verzichtet und Gewürze lediglich eingesetzt, um das Profil zu unterstreichen.

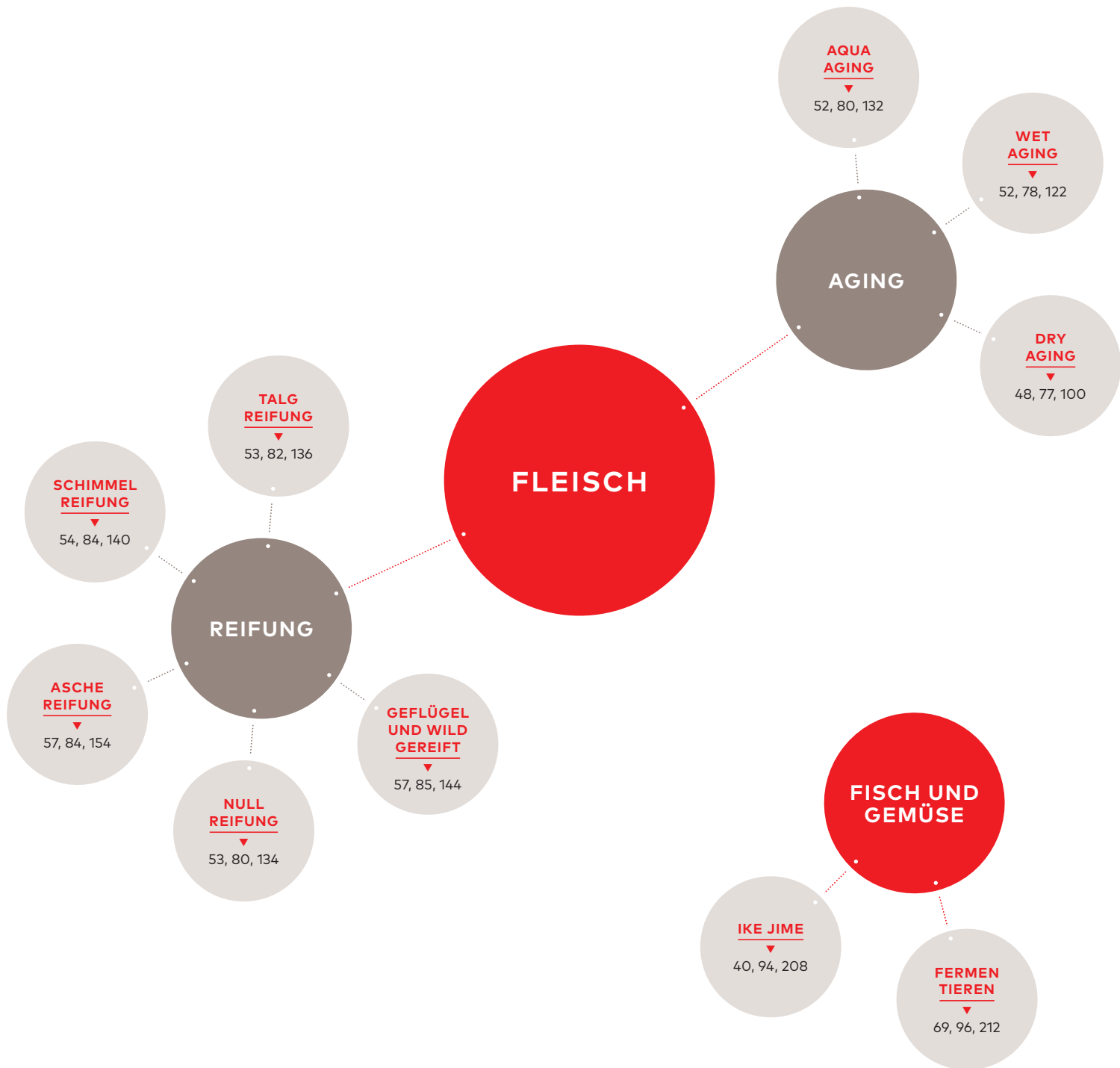
In diesem Buch wird das Produkt wieder als Star gedacht und es macht mich natürlich stolz, mein ewiges Credo neu interpretiert zu sehen. Denn Veredelung zielt darauf, das Produkt in höchster Geschmacksentfaltung erstrahlen zu lassen. Ich freue mich, dass diese Tradition hier aufgegriffen wird und mit modernen Ideen Anschluss an die Gegenwart gewinnt. An dieser Stelle sei aber noch eine Anmerkung zu den Autoren dieses hier vorliegenden Buches gestattet, denn ich kenne sie nun schon einige Jahre. Sie sind sehr gegensätzlich, aber sie haben sich als Kollegen kennen und schätzen gelernt, da sie sich gegenseitig sehr grandios ergänzen. Ich freue mich über dieses Ergebnis ihrer Zusammenarbeit, denn mit diesem Buch haben sie ihre Freundschaft kulinarisch fundiert und im wahrsten Sinne des Wortes veredelt.

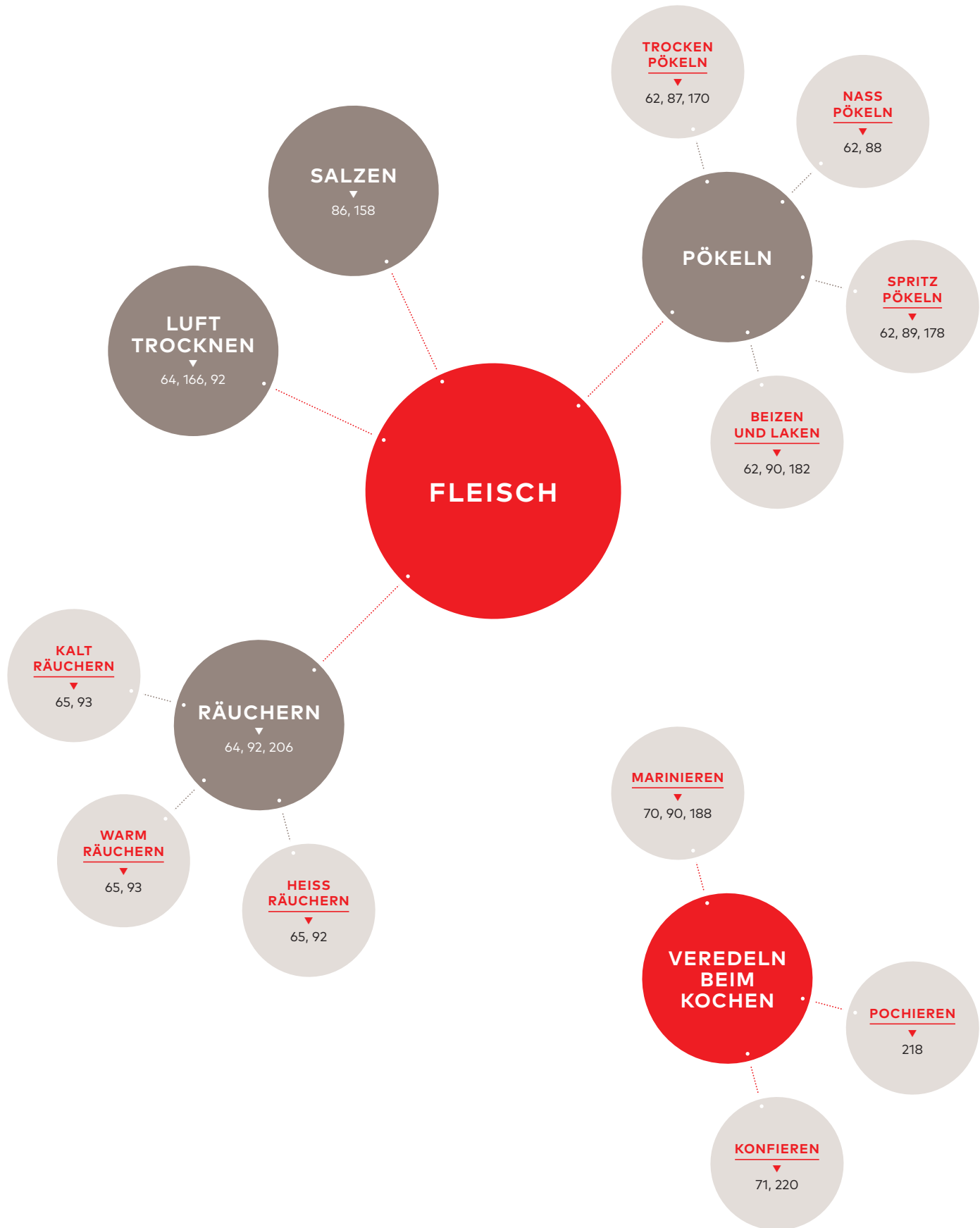
In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Freude und Lese-spaß, neue Inspirationen, gutes Gelingen beim Nachkochen und genussvolle Stunden.



IHR ECKART WITZIGMANN

ARTEN DER VEREDELUNG





ALLE WOLLEN EDELFLEISCH – ABER WO KOMMT ES HER?

Isst man heutzutage überhaupt noch guten Gewissens Fleisch? Vegane und weitgehend fleischlose Ernährungsweisen, wie sie Flexitarier praktizieren, sind in der Ernährung ein Megatrend geworden, die Kochbuchregale in den Buchläden sind geradezu randvoll mit Büchern zu diesen Themen. Dahinter stecken gesundheitliche Überlegungen, aber auch Gedanken zur Nachhaltigkeit, die zu maß- und sinnvollem Umgang mit der Fülle, die uns die Natur zur Verfügung stellt, aufrufen. Dieser Trend ist grundsätzlich gut, solange er nicht zum Dogma oder gar zur Religion erhoben wird.

Der Genuss von gutem Fleisch steht diesen Überlegungen auch gar nicht so stark entgegen, wie man meinen möchte. Die Devise der Stunde lautet: „Weniger ist mehr“, ein wohlbedachter Fleischkonsum, mit Produkten von Tieren, die ihre Zeit auf Erden artgerecht und „glücklich“ verbringen durften. Mit den Worten des LUMA-Beef-Gründers Lucas Oechslin: „Wir sollten weniger, aber besseres Fleisch essen.“ Wenn schon, dann ein edles Stück von einem Tier, das ein gutes Leben hatte, hervorragend gereift ist und nach allen Regeln der Kunst zubereitet wurde.

Demnach ist Fleisch also längst zu einem Edelprodukt geworden, für das spezielle, hochwertig produzierte Hochglanzmagazine erscheinen, die sich ganz dem Fleischgenuss und den Themen darum herum widmen.

Fleisch als Edelprodukt heißt für uns vor allem aber auch, das Tier, das uns das Fleisch geliefert hat, als Ganzes zu betrachten und zu ehren. Ein 420 kg schwerer Ochse liefert nun gerade mal 20 kg der traditionellen Edelstücke, der Rest des Fleisches sind die B- und C-Cuts, die viele Jahre lang ein Schattendasein gefristet haben. Das Wissen darum, wie man diese Teile veredelt und so zubereitet, dass sie viel spannender als jedes Filet werden, wurde beinahe verschüttet. Zum Glück gibt es Leute wie Ludwig Maurer, die sich dem Thema verschrieben haben und uns zeigen, dass ein Tier eigentlich nur Edelteile hervorbringt. In diesem Sinne betrachten wir den Veredelungsprozess von Fleisch in seiner Ganzheitlichkeit. Denn der komplette Prozess zählt, von der Geburt, über die Schlachtung und Reifung, bis hin zum Bemühen, das Fleisch dem Gast schön angerichtet zu präsentieren.

FLEISCH - WORÜBER SPRECHEN WIR?

Der „Grand Larousse Gastronomique“ definiert Fleisch (oder im französischen Original *viande*) als das Skelettmuskelgewebe von Säugetieren und Vögeln, das als Nahrungsmittel dient. Dabei stammt der Großteil des Fleisches, das wir konsumieren, von Schwein, Huhn, Rind und Schaf. Kaninchen, Ziege und Wild spielen eher Nebenrollen auf unserem Speiseplan.

Betrachten wir das Thema Fleischkonsum global, finden sich viele weitere Tierarten auf dem Speiseplan: Hunde und Katzen in Asien, Giraffen, Nashörner, Nilpferde und gar Elefanten in Afrika, Seehunde und Eisbären bei den Inuit. In diesem Buch wollen wir es aber mit den bei uns üblichen Tierarten bewenden lassen.

Was ist Fleisch?

Kommen wir nochmals auf das französische Wort *viande* zurück. Es stammt vom lateinischen *vivenda* ab, „Das, was zum Leben nötig ist“, also Lebensmittel im eigentlichen Sinn. Der Ausdruck bezieht sich erst seit dem 18. Jahrhundert nur noch auf Fleisch.

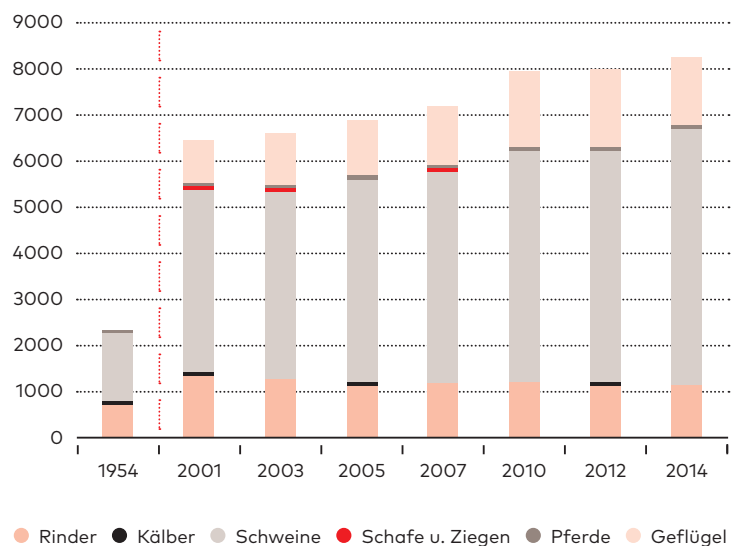
Umgangssprachlich wird der Begriff Fleisch etwas weiter definiert und betrifft nicht nur die Skelettmuskulatur. Auch die essbaren Innereien (Leber, Nieren, Hirn, etc.) der oben genannten Tiere werden oft als Fleisch bezeichnet. Dies deckt sich auch mit der Definition in der EU-Gesetzgebung. In der Küche wird der Begriff aber auch für die essbaren Teile von Nicht-Säugetieren wie Fische, Krustentiere etc. verwendet. In diesem kulinarischen Sinne möchten wir den Begriff auch in diesem Buch verwenden.

Welches Fleisch wird gegessen?

In Deutschland produziert das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft Jahrbücher, in denen die Produktion von Tieren in Deutschland ausgewiesen ist. Aufgrund dieser Daten kann man sich einen Überblick verschaffen, wie es um den Fleischkonsum in Deutschland bestellt ist. Dabei darf man aber nicht aus den Augen verlieren, dass die angegebenen Zahlen sich auf das Gesamt-Schlachtgewicht beziehen, d. h. das ist bei Weitem nicht alles Fleisch, das von Menschen verzehrt wird, es werden auch z. B. Tiernahrung und Schlacht-

abfälle dazugerechnet. Nichtsdestotrotz geben diese Zahlen einen interessanten Einblick und Überblick über den Fleischkonsum in Deutschland.

Fleischkonsum nach Tierart in Deutschland (in 1000 Tonnen)



Im Vergleich mit den historischen Daten von 1954 fällt auf, dass sich der Fleischkonsum seit damals mehr als verdreifacht hat (dabei ist jedoch anzumerken, dass die Statistik für Geflügel in 1954 fehlt). Ebenso ist auffällig, dass Schweine den mit Abstand größten Teil der geschlachteten Tiere ausmachen. Dies mag im ersten Augenblick erstaunen, doch man muss sich vor Augen halten, dass sämtliche Fleischerzeugnisse wie Würste, Schinken etc. in diesen Zahlen enthalten sind, und diese bestehen mehrheitlich aus Schweinefleisch. Neben dem Schweinefleisch spielen Rind und Geflügel eine wesentliche Rolle, alle anderen Fleischsorten sind lediglich unter „ferner liefern“ zu finden.

AGING UND REIFUNG

Besonders bei Rindfleisch hängen Zartheit und Geschmack wesentlich von der Reifung ab. Dies liegt zum einen am höheren Lebensalter, zum anderen an der größeren Fleischfaser. Während der Reifung wird das Fleisch durch biochemische Vorgänge zarter und bekommt einen aromatischen Geschmack. Jedoch ist Rindfleisch nicht gleich Rindfleisch: Alter, Geschlecht und Rasse bewirken große Unterschiede hinsichtlich Zartheit, Geschmack, Saftigkeit und letztendlich Verwendung.

Bei der Dauer der Reifung muss auch die vorgesehene Verwendung berücksichtigt werden. So braucht Fleisch zum Kochen nur kurz zu reifen, während bei Schmorfleisch und erst recht bei Fleisch für Steaks wesentlich längere Reifezeiten anzusetzen sind.

FLEISCHTEILE UND EMPFOHLENE REIFUNG

Fleischteil	Dry Aging	Wet Aging	Aqua Aging	Talgreifung	Aschereifung	Nullreifung
Rind Pistole	•			(•)		
Rind Roastbeef mit Knochen	•			•	•	
Rind Roastbeef ohne Knochen		•	•	•	•	
Rind Filet		•	•	•	•	•
Rind Hüfte		•	•	•	•	
Rind Oberschale		•	•			
Rind Tafelspitz		•	•	•	•	
Rind Teres Major		•	•	•		
Rind Bratenfleisch		•	•		(•)	
Schwein Schinken mit Kotelett*	•			•		
Schwein, Rücken mit Knochen*	•			•		
Schwein, Steakfleisch ohne Knochen			•		•	
Schwein, Bratenfleisch			•			
Lamm, Keule, ganz*	•			•	•	
Lamm, Rücken mit Knochen*	•			•		
Lamm, Steakfleisch ohne Knochen		•	•	•	•	
Lamm, Bratenfleisch		•	•			
Kalb, Keule mit Rücken*	•				•	
Kalb, Rücken mit Knochen*	•				•	
Kalb, Steak und Bratenfleisch		•	•	•		

* Bei diesen Stücken empfiehlt sich, Stellen ohne Fett- oder Schwartenabdeckung mit dem bei der Talgreifung empfohlenen Fettgemisch zu beschichten. So werden Austrocknung, schwarze schmierige Stellen und ein Verlust an wertvollem Fleisch vermieden.

DRY AGING

Das zu reifende Fleisch nach der Schlachtung gut abtrocknen lassen. In der ersten Nacht eine Temperatur von knapp unter + 7 °C wählen. Frei hängend kühlt es so anfangs nicht allzu schnell herunter, sodass kein Cold Shortening auftreten kann. Danach bei einer Temperatur von 2–3 °C und einer relativen Luftfeuchtigkeit von 75–85 % bei stetiger leichter Luftumwälzung reifen lassen. Darauf achten, dass während des Reifeprozesses kaum feuchte Luft auf die kalte Fleischoberfläche gelangt, da das Kondenswasser ein Schmierigwerden begünstigt.

Wie lange sollte gereift werden?

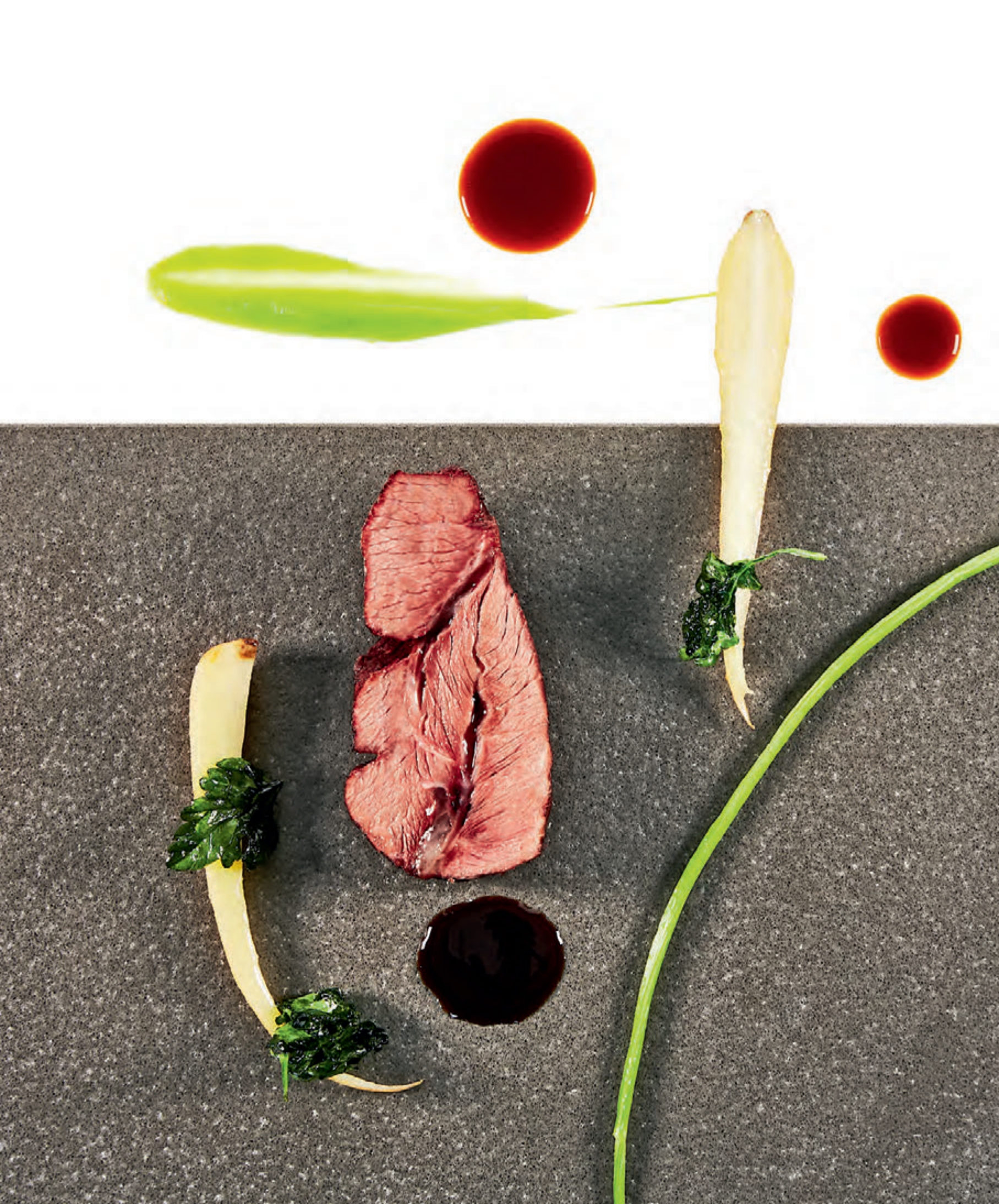
Fleisch zum Kurzbraten braucht die längsten Reifezeiten.

Steakfleisch 4–8 Wochen

Schmorfleisch und Rouladen 3 Wochen

(ältere Tiere etwas länger)





RINDERBACKE

DRY AGED

RINDERBACKEN

2 Rinderbacken / 300 ml Salzlake (2 %) / 4 g Ducca (Gewürzmischung) / 10 g Ketjap Manis / 1 TL Rindfleischextrakt

Die Rinderbacken 1 Stunde in der Salzlake einlegen. Dann abtupfen und mit dem Ducca würzen. Mit Ketjap Manis und Rindfleischextrakt vakuumieren und bei 65 °C 18 Stunden im Wasserbad garen. Anschließend herausnehmen und in Eiswasser herunterkühlen. Den Fleischsaft aus dem Beutel abgießen und einkochen. Die Backen mit der erkalteten Jus erneut vakuumieren und vor dem Anrichten regenerieren.

PETERSILIENPÜREE

200 g Petersilienwurzel, geschält / 40 g Butter / 100 g Blattpetersilie, gezupft / gemahlene Macisblüte

Die Petersilienwurzel in feine Würfel schneiden. Mit Butter, 20 ml Wasser und etwas Salz vakuumieren. Bei 85 °C 1 Stunde im Wasserbad garen. Entnehmen und noch warm mit der Blattpetersilie fein mixen; mit Macis abschmecken.

PETERSILIENWURZEL

2 Petersilienwurzeln, geschält / 30 g Butter, plus etwas Butter zum Glasieren / Macis, gemahlen

Die Petersilienwurzeln vierteln mit Butter, 20 ml Wasser und etwas Salz vakuumieren. Bei 85 °C 1 Stunde im Wasserbad garen. Entnehmen und in Eiswasser herunterkühlen. Bei Bedarf in etwas Butter glasieren und mit Macis abschmecken.

ANRICHTEN

Petersilienstängel, kurz blanchiert / Jus von der Rinderbacke (s.o.) / Petersilienblätter, frittiert

Die Petersiliencreme aufstreichen und die Wurzeln anrichten. Die Backe aufschneiden und mit einem Petersilienstängel arrangieren. Die Jus angießen und frittierte Petersilienblätter auflegen.

SECRETO

400 g Secreto (Spanischer Schnitt aus der Schweineschulter) /
Zucker / Piri-Piri-Schoten, getrocknet und gemahlen

Das Secreto salzen und zuckern und 10 Minuten ziehen lassen. Auf dem heißen Grill von beiden Seiten scharf anbraten, sodass der Zucker karamellisiert und eine knusprige Kruste entsteht. Das Fleisch weitere 5–10 Minuten ruhen lassen, bis eine Kerntemperatur von 60 °C erreicht ist. Mit gemahlenen Piri-Piri würzen.



SECRETO

DRY AGED

FENCHEL-BITTERSALAT

1 Fenchelknolle / 1 Radicchioherz / 2 Chicoréeherzen / Zucker / 4 Scheiben Ibéricoschinken (Speckabschnitte) / Fenchelsamen / gemahlener Koriander / 20 ml Weißweinessig / Saft von 1 Limette / 60 ml Olivenöl / 2 frische Piri-Piri-Schoten, gehackt

Den Fenchel vom Strunk befreien und auf der Aufschnittmaschine in dünne Streifen schneiden. Radicchio und Chicorée putzen und die inneren Blätter 10 Minuten in handwarmes Zuckerwasser legen.

Für die Speckvinaigrette die Ibéricoabschnitte in Brunoise schneiden. In einer Pfanne schmelzen, dann Fenchelsamen und Koriander nach Geschmack zugeben. Auf Raumtemperatur abkühlen lassen. Essig, Limettensaft und Olivenöl zugeben. Mit Salz und Zucker und Piri-Piri-Schoten abschmecken.

ANRICHTEN

frisches Fenchelgrün / frische Piri-Piri-Schoten, gehackt / etwas schwarze Olivencreme (Bos Food)

Den Salat luftig mit der Speckvinaigrette vermengen. Auf einen Teller geben. Das gegrillte Secreto gegen die Faser in Rechtecke schneiden und auf dem Salat anrichten. Mit Fenchelgrün, Piri-Piri-Schoten und Tupfen von schwarzer Olivencreme garnieren.



MOORHUHN

DRY AGED

MOORHUHN

2 Moorhühner / Zucker / 1 Birne, gewürfelt / 1 Knoblauchzehe, klein geschnitten / 4 Rosmarinzwige / 4 Thymianzwige / 40 ml Sojasauce

Die Moorhühner ausnehmen und mit einer Fischpinzette die restlichen Federkiele entfernen. Innen und außen salzen und zuckern. Anschließend Birnenwürfel, Knoblauch, Kräuter und etwa Pfeffer mischen und die Hühner damit füllen. Anschließend auf ein Blech legen und 40 Minuten bei 180 °C Umluft im Ofen garen. Anschließend aus dem Ofen nehmen, halbieren, mit Sojasauce bestreichen und nochmals kurz bei starker Oberhitze gratinieren.

WILDER BROKKOLI

200 g wilder Brokkoli / Zucker / 70 g Butter

Den wilden Brokkoli salzen und zuckern. 10 Minuten ziehen lassen und im Anschluss in der heißen Butter anschwemmen.

TORF

2 Scheiben Pumpernickel / 2 g fermentierter Knoblauch, gemahlen

Das Pumpernickel bei 80 °C im Ofen 20 Minuten trocknen. Mit dem fermentierten Knoblauch zu einem feinen Granulat (Torf) mixen.

WHISKYMAIS

300 g Mais / Zucker / 100 ml Sahne / 40 ml irischer Whisky / 50 g Butter / Cayennepfeffer

Den Mais salzen und zuckern. Mit der Sahne aufsetzen und verkochen. Den Whisky zugeben und reduzieren. Die Butter zugeben und alles pürieren. Dann die Creme durch ein feines Sieb streichen und mit Cayennepfeffer abschmecken. In einen Spritzbeutel füllen.

ANRICHTEN

Babymaiskolben, in Butter glasiert

Den Torf aufstreuen. Mit Punkten der Whiskymaiscreme arrangieren. Den wilden Brokkoli dazugeben und ein halbes Moorhuhn daraufsetzen. Mit glasiertem Babymais garnieren.

Wenn der Pionier der innovativen Küche Heiko Antoniewicz und Fleischpapst Lucki Maurer ihr Können bündeln und sich gemeinsam, aber jeder für sich, einem ganz besonderen Thema – der Veredelung – widmen, dann liegt auf der Hand, dass man sich mit diesem Werk ein echtes Meisterstück ins Buchregal holt.

Was dieses Buch allerdings so außergewöhnlich macht, ist nicht nur der umfangreiche Rezeptteil, der von Rinderrücken aqua aged, über Schwein schimmelgereift, bis hin zu Hummer gesalzen oder Pferd gebeizt reicht, es ist auch der fundierte theoretische Teil, in dem Molekularbiologe Dr. Michael Podvinec auf die Grundlagen hinter den Rezepten eingeht. Er beschreibt ausführlich wie Aging, Reifung, Pökeln oder Räuchern funktionieren und geht dabei auch auf Techniken wie Ike Jime oder Fermentieren ein. Daneben beantwortet er Fragen wie „Warum schmeckt uns gutes Fleisch?“ oder erklärt die Wege, wie man überhaupt erst zu guter Fleischqualität kommt.

All dies wird gekrönt durch die Bilder von Volker Debus, dem es neben der hochkarätigen Foodfotografie auch gelungen ist, die Entstehung des Buches auf authentische Art und Weise einzufangen und so besonders interessante Einblicke zu geben.

ISBN 978-3-87515-422-1



9 783875 154221