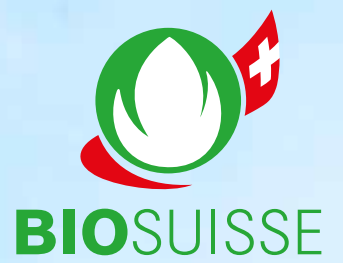


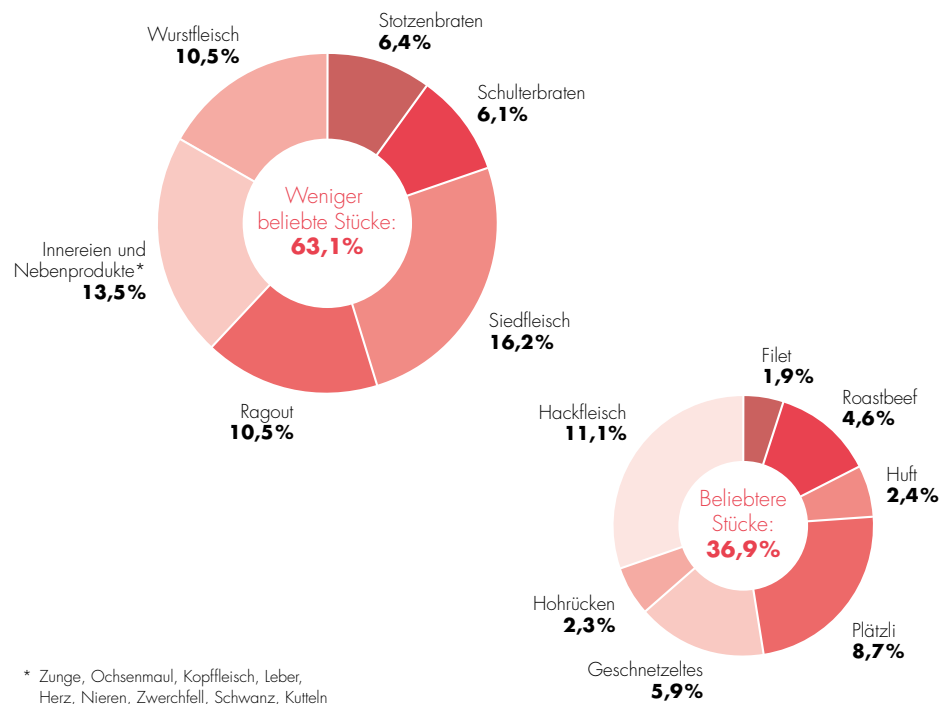
MERKBLATT: VON MAUL BIS SCHWANZ



Nose to Tail – darum geht es

Den wahren Wert der unterbewerteten Stücke des Rindes entdecken. Darum geht es in diesem Merkblatt. Und darum dreht sich auch der Trend, der «From Nose to Tail» – vom Maul bis zum Schwanz – heisst. Alle essbaren Teile des Tieres essen – aus Respekt, um die Abfälle zu reduzieren. Und aus Lust am Genuss.

Beim Rind machen die weniger beliebten Teile insgesamt 63,1% der verkaufsfertigen Teile aus.



Quelle: Proviande

Bio Suisse hat auf den folgenden Seiten Informationen spezifisch für Metzger und Direktvermarkter zusammengestellt:

- Geografie des Fleisches: Was das Rind alles bietet.
- Zwölf unterbewertete des Rindes – und wie man sie zubereiten kann.
- Beispiele für die Zusammenstellung von Mischpaketen inkl. Richtpreise.
- Grilltipps, Rezepte zum Grillieren, Schmoren und Sieden.
- Argumente für Fleisch vom Biorind.
- Buchtipps und andere Infoquellen zum Thema Nose to Tail.
- Hinweise zur Lohnschlacht, Verarbeitung, Kalkulation, Deklaration und weitere Informationen zur Direktvermarktung.
- Reifezeit und Haltbarkeitsangaben.

Diese Vorteile bietet Nose to Tail den Direktvermarktern und Metzgern

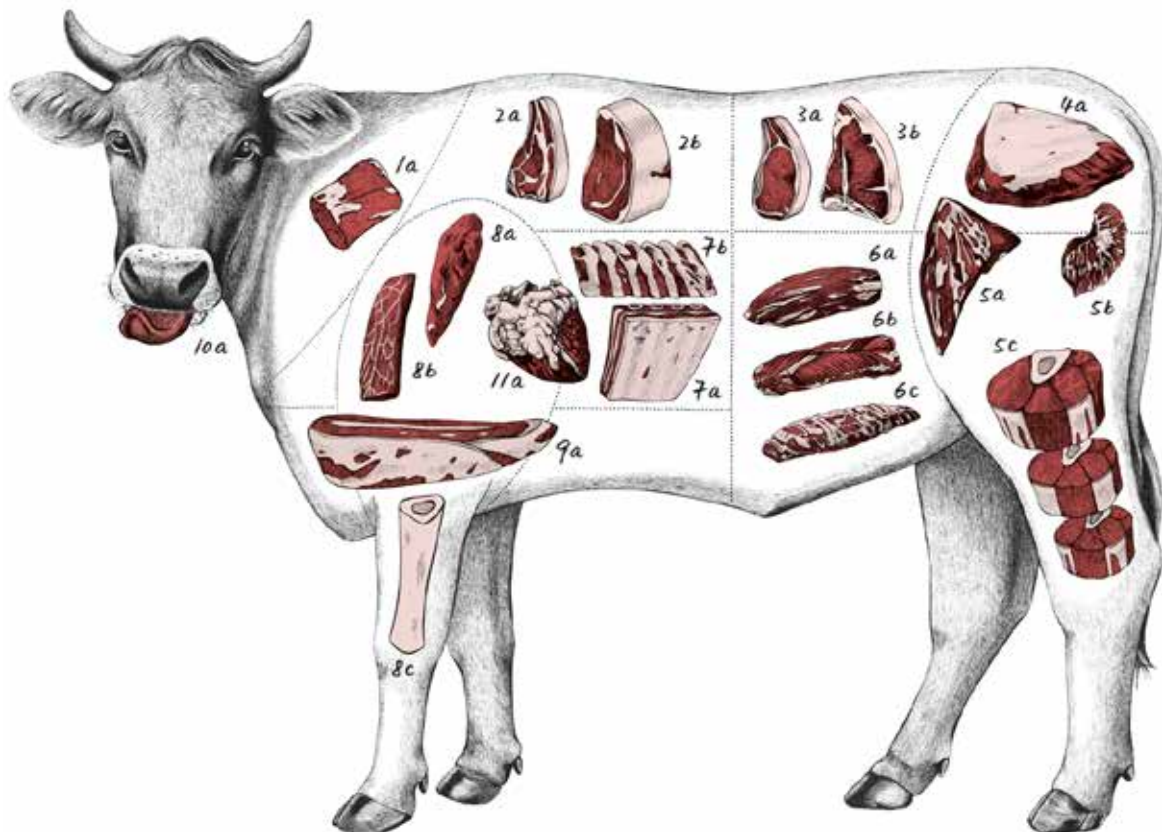
- Rechtzeitiger Einstieg in einen wachsenden Konsumtrend und Vorbereitung auf künftige Kundenbedürfnisse.
- Erschliessung neuer Absatzmöglichkeiten durch Produktinnovation und Angebotsdiversifizierung.
- Wertsteigerung bisher weniger nachgefragter Teilstücke.
- Werterhalt der angebotenen Teilstücke.
- Förderung der Nachhaltigkeit im eigenen Betrieb.

Diese Vorteile bietet Nose to Tail den Konsumenten

- Neue Geschmackserlebnisse und mehr Abwechslung auf dem Teller.
- Spezielle Stücke zu attraktiven Preisen.
- Nachhaltiger und verantwortungsvoller Fleischgenuss.

Geografie des Fleisches

Das Rind und seine Stücke, die sich wunderbar schmoren oder grillieren lassen.



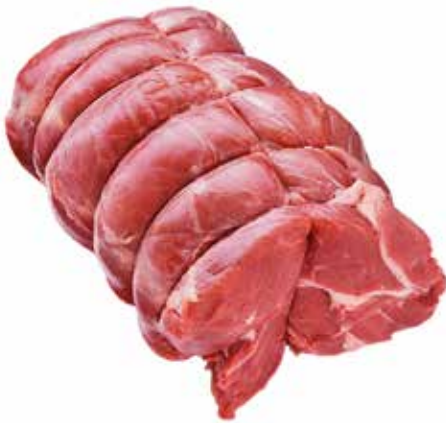
Bereich	Stücke	Schnitte	Verwendung
1 Hals			
	1a Halsunterteil (Zungenstück, Chuck)	Rollbraten, Rollmedaillons	schmoren, braten, grillieren (indirekt, gut gelagert auch direkt)
	Halsdeckel	am Stück, Ragout	sieden, schmoren
2 Rücken			
	Hohrücken (Ribeye, Côte de Boeuf, Hochrippe)	2a Steaks einzeln oder am Stück (2b Kotelettbraten), mit oder ohne Knochen	grillieren, braten
	Hohrückendeckel	stückweise für Siedfleisch	sieden
3 Nierstück			
	Entrecôte (Roastbeef, Lende)	ausgelöst am Stück: Braten. Tranchiert: Entrecôte. Fettabdeckung dran lassen.	braten, grillieren (direkt oder indirekt)
		mit Knochen am Stück oder als Steak: Côte de Boeuf, 3a Clubsteak	braten, direkt grillieren
	Filet	ganz oder geschnitten in Kopf, Spitzen, Medaillons, Châteaubriand	braten
		am Knochen zusammen mit Entrecôte geschnitten: 3b T-Bone-Steak (kleiner Filetanteil), Porterhouse-Steak (grosser Filetanteil)	braten, direkt grillieren
4 Huft			
	(Sirloin)		braten
	breite und schmale Huft	geschnitten zu Steaks (Rumpsteaks) oder Plätzli	braten
	Huftzapfen	Geschnetzeltes	braten
	4a Huftdeckel (Top Butt Cap, Tafelspitz, Picanha, Culotte)	ganz, der Länge nach halbiert oder in Tranchen als Steaks	sieden, braten, indirekt grillieren
	Schwanz	ganz oder in Scheiben	schmoren
5 Stotzen			
	Eckstück (Top round)	à la minute Plätzli, Spiessli, Braten, Geschnetzeltes	braten
	Vorschlag	à la minute Plätzli, Geschnetzeltes	braten
	5a Bürgermeisterstück	ganz als Steak	braten, grillieren (direkt oder indirekt)
	5b Fledermaus	ganz als Steak	braten, direkt grillieren
	5c Haxen	Schenkel (ausgebeint), Haxen ganz oder in Scheiben geschnitten	schmoren, indirekt grillieren
	Markbein	Haxen ausgebeint, längs oder quer geschnitten	sieden, direkt grillieren

Bereich	Stücke	Schnitte	Verwendung
6 Lempen			
	dicker Lempen	grosse Stücke zum Sieden	sieden, schmoren, indirekt grillieren
	dünner Lempen	Hack- und Wurstfleisch	braten
	6a Flank (Spiegel, Hose)	ganz als Steak	braten, direkt grillieren
	6b Onglet (Leistenfleisch, Nierenzapfen, HangingTender, Butcher Steak)	ganz	braten oder direkt grillieren
	6c Skirt (Saum-, Kronfleisch)	ganz	braten oder direkt grillieren
7 Federstück			
	7a abgedecktes Federstück	am Stück mit oder ohne Rippenknochen	sieden, schmoren, indirekt grillieren
	7b Back Ribs (Spare Ribs)	Federstück zerlegt in einzelne Rippenknochen	grillieren (direkt und indirekt)
8 Schulter			
	Schulterfilet	Braten	
	Bug	Ragout. Muskel an Vorderseite als Steak: 8a Teres Major (Petite Tender)	schmoren; Teres Major braten und direkt grillieren
	dicke Schulter	Braten	schmoren
	Schulterdeckel	Braten	schmoren
	Schulterspitz	grosse Sehne im Zentrum entfernen: 8b Es entstehen zwei Steaks, die Flat Iron heissen.	braten, direkt grillieren
	Haxen	Schenkel (ausgebeint), Haxen ganz oder in Scheiben	schmoren, indirekt
	8c Markbein	Haxen ausgebeint, längs oder quer geschnitten	direkt grillieren (längs geschnitten), sieden (quer geschnitten)
9 Brust			
		grosse Stücke für Siedfleisch oder Grill. Hackfleisch (v.a. Nachbrust)	schmoren, braten, sieden, indirekt grillieren
10 Kopf			
	10a Zunge	ganz	sieden, indirekt grillieren
	Maske	gewürfelt wie Kalbskopf	sieden, schmoren
	Bäggli	ganz	schmoren
	Maul	dünne Tranchen für Ochsenmausalat	sieden
11 Innereien			
	11a Herz	ganz oder in Tranchen	braten oder grillieren
	Leber	ganz, in Tranchen oder geschnetzelt	braten oder direkt grillieren
	Niere	vom Fett befreit ganz oder in Tranchen; Fett zum Braten und Backen	braten, schmoren, direkt grillieren
	Milke (Kalbsbries)	ganz	
	Hoden	ganz oder in Tranchen	braten, schmoren, direkt grillieren

Die unterschätzten Stücke

Grobfaseriges Muskelfleisch, Fett, Innereien und Knochen haben eines gemeinsam: Sie sorgen für intensive Geschmackserlebnisse. Im Folgenden sehen Sie zwölf bisher unterschätzte Stücke vom Rind, die auf verschiedene Arten zubereitet zu Delikatessen werden. Das Besondere: Sie eignen sich alle auch zum Grillieren.

Halsunterteil (Zungenstück)



Der gut durchzogene Unterteil des Halses eignet sich bestens zum Braten und Grillieren.

Menge pro Tier

Rund 4 kg

Schnitt

Unterteil in bratengerechte Stücke schneiden, mit Garn zusammenbinden.

Charakteristik

Das Zungenstück ist von Fettadern und Bindegewebe durchzogen, die durch die Hitze weich werden und dem Fleisch Aroma verleihen.

Verwendung

Im Winter als Braten schmoren, im Sommer grillieren (indirekt). Teile vom hinteren, gegen den Rücken gelegenen Teil des Muskels können als Scheiben wie Steaks direkt grilliert werden, falls das Fleisch gut, also mindestens fünf Wochen, gelagert worden ist.

Hohrücken (Côte de Boeuf, Rib Eye, Hochrippe)



Der Hohrücken reicht von der 1. bis zur 6. oder 7. Rippe. Je näher beim Hals, desto grösser ist der Fettanteil der Stücke. Gehört in den Fleischländern Frankreich, Grossbritannien und USA zu den gefragtesten Teilen des Rindes.

Menge pro Tier

Zweimal sechs bis sieben Steaks mit Knochen. Insgesamt rund 8 kg.

Schnitt

Üblicherweise wird die Abdeckung abgetrennt, weil diese mit den übrigen Muskelsträngen zu wenig gut verbunden ist. Zerschneidet man den Hohrücken zwischen den einzelnen Rippen, ergeben sich vier bis fünf Zentimeter dicke, 500 und mehr Gramm schwere Steaks amerikanischen Zuschnitts. Mit einem besonders langen, gesäuberten Rippenknochen sieht ein Steak vom Hohrücken aus wie ein Beil und heisst darum auch Tomahawk Steak. Vom Knochen gelöst kann das Fleisch zu dünneren Stücken portioniert werden. Der Hohrücken eignet sich aber auch als Braten, sei es mit oder ohne Knochen.



Typisch

Dieses Muskelfleisch ist gut durchzogen, wodurch es in der Hitze saftig bleibt. Das typische Fettagge verhalf ihm in den USA zum Namen Rib Eye.

Verwendung

Als Steak ideal zum direkt Grillieren, als Kotelettbraten zum indirekten Grillieren oder zum Braten in der Grillpfanne oder im Backofen. Steaks mit Knochen werden nach dem Braten von Knochen gelöst und portionenweise tranchiert. Den Knochen nochmals auf den Grill legen, damit die Fleischreste durchgebraten werden – dann abnagen.

Bürgermeisterstück
(Weisses Stück,
Pastorenstück, Tri Tip,
Aiguillette de Baronne)

Dieser dreieckige, einer Haifischflosse gleichende Muskel liegt am Vorschlag des Stotzens: vier bis fünf Zentimeter dick und besonders delikat, wie die Namen Bürgermeister- und Pastorenstück andeuten.

Menge pro Tier

2 Stück à ca. 700 Gramm

Schnitt

Vom Vorschlag als Ganzes lösen und verkaufen. Nur grob von der Fettabdeckung trennen – einzelne Fettstreifen an der Oberfläche schützen es beim Erhitzen vor dem Austrocknen.

Typisch

Die zarte, fein marmorierte Struktur, die rosa Farbe – fast wie Kalbfleisch.

Verwendung

Direkt oder indirekt grillieren oder in der Pfanne braten. Anschliessend ruhen lassen und tranchieren.



Fledermaus
(Spider, Schalblattl)



Ein kleiner, fächerförmiger Muskel, der im Becken liegt, überzogen mit feinen Fettadern in der Form eines Spinnennetzes, weshalb es in den USA Spider Steak heisst.

Menge pro Tier

2 Stück à 200 Gramm

Schnitt

Aus dem Beckenknochen auslösen und ganz, inklusive feiner Fettabdeckung verkaufen.

Typisch

Das Fett lässt dieses Fleisch köstlich schmecken. Zieht sich beim Grillieren zusammen und wird knusprig.

Verwendung

Direkt über der Holzkohle grillieren, wobei es (im Verhältnis zu seiner Dicke) etwas länger braucht als etwa ein Hohrückensteak.

Haxen (Shank)



Das Schenkelfleisch der Vorder- und Hinterbeine ist vielseitiger als man denkt.

Menge pro Tier

Vier Stück à ca. 3 kg.

Schnitt

Ganz – oder zu Scheiben geschnitten, wobei sich dazu wegen des kleinen Fleischanteils an den Enden nur die mittleren Abschnitte der Haxen eignen.

Typisch

Haxenfleisch zeichnet sich durch lange Fasern und viel Bindegewebe aus. Durch langes Garen wird es sehr aromatisch.

Verwendung

In Scheiben und als Ganzes zum Schmoren wie auch zum indirekten Grillieren. In beiden Fällen so lange garen, bis das Fleisch mürb ist und fast vom Knochen fällt.

Flank (Spiegel, Hose)

Der magere, hintere Teil des Bauchlappens ist ein erstklassiges Stück Fleisch.

Menge pro Tier

2 Stück à je 500 bis 600 Gramm.

Schnitt

Das Flank Steak wird vom dünnen Lempen gelöst. Einzelne Fettpolster an der Oberfläche dran lassen – sie geben dem sonst mageren Muskel beim Braten Saft.

Typisch

Die feste, faserige Struktur. Dieses Stück hat «Biss». Und ein starkes Aroma.

Verwendung

Direkt über Holzkohle grillieren oder in der Pfanne braten.



Onglet (Leistenfleisch, Nierenzapfen, Hanging Tender, Hanger Steak, Butcher Steak)



Dieses dachziegelförmige Stück mit Schwalbenschwanz, das von einer Sehne längs durchzogen ist, ist der abschliessende Muskel des Zwerchfells. In der Schweiz landet es als Leistenfleisch oft zu Unrecht im Haustierfutter. Anderswo, vor allem in Frankreich, ist es ein gesuchtes Stück. Ist Muskelfleisch, zählt aber aufgrund seiner Lage im Bauch zu den Innereien.

Menge pro Tier

1 Stück à 600 bis 800 Gramm und ca. vier Zentimeter Dicke.

Schnitt

Vom Zwerchfell lösen und mitsamt Fettpolster verkaufen.

Typisch

Die groben Fasern, die beim Grillieren rasch braun und knusprig werden. Das Fleisch ist sehr würzig.

Verwendung

Als Ganzes direkt über der Holzkohle grillieren (oder in der Pfanne braten), wobei es wegen seiner groben Fasern etwas länger braucht als etwa ein Steak vom Hohrücken. Anschliessend ruhen lassen und tranchieren.

Skirt
(Saumfleisch,
Kronfleisch,
Hampe)



Diese langen, dünnen Stücke sind die seitlichen Muskeln des Zwerchfells. Zu Unrecht landen sie hierzulande manchmal im Haustierfutter. In den USA ist das Skirt eine gesuchte Spezialität. Ist Muskelfleisch, zählt aber aufgrund seiner Lage im Bauch zu den Innereien.

Menge pro Tier

2 Stück à ca. 400 Gramm und rund zwei Zentimeter Dicke.

Schnitt

Die beiden Stücke werden vom Zwerchfell gelöst und mitsamt der Fettmarmorierung an der Oberfläche ganz verkauft.

Typisch

Dank der zerklüfteten Struktur mit Fetteinschlüssen werden Skirt-Steaks beim Grillieren saftig und knusprig. Weisen ein intensives Aroma auf.

Verwendung

Direkt über der Holzkohle grillieren oder in der Pfanne braten.

Federstück

Das Muskelfleisch, das seitlich zwischen Rücken und Brust auf den Rippen liegt. Gut durchzogen.

Menge pro Tier

Rund 10 kg, inklusive Knochen.

Schnitt

In beliebig grosse Stücke schneiden. Zum Grillieren Knochen dranlassen. Trennt man das Federstück in einzelne Rippen, erhält man Spare Ribs.

Typisch

Ein Federstück besteht aus mehreren Schichten Muskeln, die durch Fett und Bindegewebe getrennt sind. So bleibt das Fleisch ob gekocht oder gebraten saftig.

Verwendung

Klassischerweise als Siedfleisch. Es eignet sich aber – mitsamt Knochen – auch hervorragend zum indirekten Grillieren. Drei Stunden im Kugelgrill bei mässiger Hitze machen ein Federstück wunderbar mürbe und das Bindegewebe weich und essbar.



Flat Iron Steak (Schulterspitz)



Dieses Steak stammt aus dem Schulterspitz.

Menge pro Tier

Vier Stück à 600 bis 800g

Schnitt

Die dicke Sehne, die durch den Schulterspitz verläuft, entfernen – die so entstehenden Stücke nennen die Amerikaner «Flat Iron».

Typisch

Feine Fettadern durch- und überziehen diese flachen Stücke wie ein Spinnennetz und machen das Fleisch aromatisch und saftig.

Verwendung

Direkt grillieren oder in der Pfanne braten.

Markknochen

Die Knochen (Ober- und Unterschenkel, Armbein und Vorderarm) vom Hinter- und Vorderbein enthalten viel wunderbares Mark.

Menge pro Tier

8 Stück (falls man die Schenkel ausbeint), sonst vier.

Schnitt

Der Länge nach halbiert oder als Scheiben verkaufen.

Typisch

Heisses Mark ist eine Köstlichkeit, sei es als Brotaufstrich oder als Auflage für ein mageres Stück Fleisch.

Verwendung

Halbierte Knochen direkt über der Glut grillieren, Scheiben zum Erhitzen für einige Minuten in eine Fleischsuppe geben.



Herz

Organ und Muskel in einem – das Herz ist einmalig. Und eine Delikatesse.

Menge pro Tier

1 Stück à 1,5 kg

Schnitt

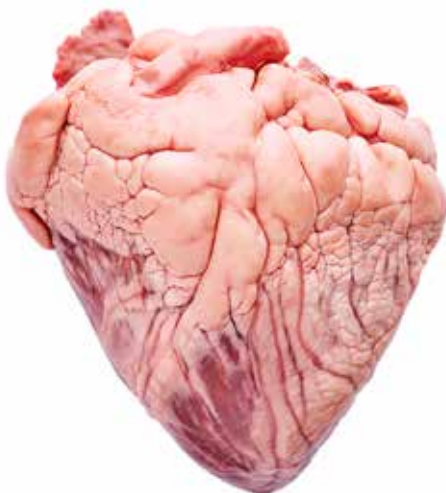
Herz auf-, aber nicht zerschneiden, um Klappen und Arterien zu entfernen. Gesäubertes Herz als Ganzes mitsamt Fettauflage oder zu dünnen Tranchen geschnitten verkaufen.

Typisch

Das Fleisch des Herzens ist dichter als jeder andere Muskel und zugleich sehr zart. Es hat also Biss und schmeckt aromatisch, fast wie Wild. Das Fett wird beim Grillieren wunderbar knusprig.

Zubereitung

Tranchen direkt über der Glut grillieren, wie es in Südamerika üblich ist. Oder in der Grillpfanne braten. Herz als Ganzes zusammengebunden indirekt grillieren oder – von einem Teil des Fetts befreit – in einem Bräter schmoren.



Mischpaket Sommer

Die Angaben basieren auf einem Rind mit 200 kg Schlachtgewicht.

Nose-to-Tail-Grill-Paket, 2 x	à Gramm	Gramm	Preis/kg*	Preis
1 Teres Major	300	300	37.-	11.10
1 Bürgermeisterstück	600	700	38.-	26.60
1 Skirt Steak	400	400	37.-	14.80
1 Flank Steak	500	500	37.-	18.50
1 Flat Iron Steak	700	700	37.-	25.90
1 Fledermaus	200	200	38.-	7.60
Herz (Tranchen)	600	600	30.-	18.-
		3400		122.50

Einzeln

Onglet	500	500	40.-	20.-
Schwanz	1500	1500	15.-	22.50
Flat Iron Steak (2 Stück)	je 700		37.-	51.80
Zunge (evtl. vorgegart in Scheiben mit Mehrpreis)	1800	1800	23.-	41.50
Leber (evtl. Plätzli od. Spiessli mit Mehrpreis)	3000	3000	20.-	60.00
Niere	300	300	15.-	4.50
2 Bäggli	250	500	40.-	20.-
Maul	600	600	20.-	12.-
Hoden	300	300	15.-	4.50

übrig bleibt

1 T-Bone Steak	800	800	800	75.00
1 Porterhouse Steak	800	800	800	80.00
halbe Haxe	1200			
Unterspälte (für Rouladen, Saftplätzli)	6000			

Grillpaket, gross (10 kg), 7 x	à Gramm	Gramm	Preis/kg*	Preis
1 Hohrücken Steak mit Knochen	600	600	55.-	33.-
1 Porterhouse Steak	800	800	80.-	64.-
1 Club Steak (Entrecôte am Knochen)	500	500	70.-	35.-
2 Rumpsteaks (Huf)	200	400	60.-	24.-
Federstück (mit Knochen)	1500	1500	30.-	32.50
6 Spiessli (Stotzen)	200	1200	38.-	45.60
halbe Haxe	1200	1200	23.-	27.60
halber Hufdeckel (längs halbiert)	800	800	70.-	56.-
5 x Hackfleisch (z.B. für Burger)	300	1500	23.-	27.60
1 Markknochen, halbiert	700	700	15.-	10.50
Schulterbraten	800	800	32.-	25.60
		10 000		393.90

Grillpaket, klein (5 kg), 7 x

1 Hohrücken Steak mit Knochen	600	600	55.-	33.-
1 Clubsteak	500	500	70.-	35.-
1 T-Bone-Steak	800	800	75.-	60.-
2 Rumpsteaks (Huf)	200	400	60.-	24.-
Brust	1000	1000	28.-	28.-
Halsbraten	700	700	29.-	20.30
2 x Hackfleisch (z.B. für Burger)	300	600	23.-	13.80
2 Spiessli (Stotzen)	200	400	38.-	15.20
		5000		229.30

*Bio-Richtpreis

Mischpaket Winter

Nose-to-Tail-Grill-Paket, 2 x	à Gramm	Gramm	Preis/kg*	Preis
1 Teres Major	300	300	37.-	11.10
1 Bürgermeisterstück	600	700	38.-	26.60
1 Skirt Steak	400	400	37.-	14.80
1 Flank Steak	500	500	37.-	18.50
1 Flat Iron Steak	700	700	37.-	25.90
1 Fledermaus	200	200	38.-	7.60
Herz (Tranchen)	600	600	30.-	18.-
		3400		122.50

Schmorpaket

Schwanz	1500	1500	15.-	22.50
Bäggli	500	500	40.-	20.-
		2000		42.50

Einzel oder als Paket

Niere	300	300	15.-	4.50
Zunge (evtl. vorgegart in Scheiben)	1800	1800	23.-	41.40
Leber (evtl. Plätzli od. Spiessli)	3000	3000	20.-	60.-
Herz	1500	1500	30.-	45.-
Milke	500	500	30.-	15.-
Hoden	300	300	15.-	4.50
Nierfett	1000-5000			

Winter, gross (10 kg), 7 x	à Gramm	Gramm	Preis/kg*	Preis
Côte de Boeuf am Stück (vom Hohrücken mit Knochen)	1200	1200	55.-	66.-
2 x 2 Entrecôte geschnitten	500	1000	70.-	70.-
2 Rumpsteaks (Huf)	200	400	70.-	28.-
Siedfleisch (Federstück)	1200	1200	24.-	28.80
Statzenbraten (Eckstück)	1200	1200	38.-	45.60
Schulterbraten	800	800	32.-	25.60
Gschneizettes	200	400	38.-	15.20
Saftplätzli	200	600	38.-	22.80
Ragout (Voressen)	200	600	26.-	15.60
2 x 2 Haxen in Scheiben	600	1200	23.-	27.60
4 x Hackfleisch	300	1200	23.-	27.60
4 x Markknochen (Scheiben)	150	600	15.-	9.-
		10400		381.80

Winter, klein (5 kg), 7 x

Côte de Boeuf am Stück (mager, mit Knochen)	1200	1200	70.-	84.-
2 Rumpsteaks (Huf)	200	400	70.-	28.-
Siedfleisch (Brust oder Lempfen)	1200	1200	24.-	28.80
Halsbraten	700	700	29.-	20.30
Gschneizettes	200	400	38.-	15.20
Saftplätzli	200	400	38.-	22.80
2 x Hackfleisch	300	600	23.-	13.80
2 x Markknochen (Scheiben)	150	600	15.-	4.50
		5200		209.80

*Bio-Richtpreis

Rezepte

Alle Zutaten für die folgenden Rezepte sind in Bio-Knospe-Qualität erhältlich.

Grilltipp

Auch grosse Fleischstücke und solche mit einer zäheren Struktur lassen sich grillieren. Allerdings nicht direkt über der Glut, sondern neben ihr. Wichtig: Fleisch, das auf dem Grill gebraten wird, muss einen gewissen Fettanteil haben. Sonst trocknet es aus.

Direkt grillieren

Geeignet für Fleischstücke, die maximal 30 Minuten lang bei hoher Hitze (180 bis 240 Grad) grilliert werden – also Steaks. Vorgehen: Grillschale nur etwa zur Hälfte mit Holzkohle füllen. Andere Hälfte freilassen. Grillgut auf dem Rost, direkt über der Glut anbraten. Danach in der Zone ohne Glut einige Minuten ruhen lassen.

Indirekt grillieren

Für Fleischstücke, die über zehn Zentimeter dick sind oder aus zäheren Partien stammen. Beispiele: Kotelettbraten, Federstück, Brust, Ribs, Herz. Auch zarte Stücke mit Fettauflage (Entrecôte am Stück, ganzer Hufdeckel) müssen indirekt gebraten werden, weil das Fett direkt über der Glut Feuer fangen würde. Voraussetzung für indirektes Grillieren ist ein Grill mit Deckel. Vorgehen: Grillschale oder feuerfestes Gefäss in der Mitte des Grills platzieren. Schale halb mit Wasser füllen – das verhindert ein Entzünden des heruntertropfenden Fetts. Glühende Briketts auf beiden Seiten der Schale verteilen. Fleisch auf dem heissen Rost über der Auffangschale platzieren, Deckel aufsetzen (oberes Ventil über dem Fleisch) und so lange grillieren, wie es das Rezept verlangt. Das Fleisch muss nicht gedreht werden, da es von heisser Luft umgeben ist, wie in einem Backofen.



Grillieren:

Federstück vom Grill

(für 4 bis 6 Personen)

Zutaten

Federstück mit Knochen, ca. 1,5 kg schwer;
roter Rub (Rezept unten)

Zubereitung

Kugelgrill für indirektes Grillieren vorbereiten (siehe Grilltipps oben). Federstück mit rotem Rub einreiben. Auf dem Rost über der Wasserschale platzieren. Deckel schliessen, Ventile zumindest teilweise offen lassen. Bei 150 bis 180 Grad drei Stunden lang garen. Mit Fleischthermometer Innentemperatur des Fleisches messen; beträgt sie 75 oder mehr Grad, Fleisch vom Grill nehmen, lose zugedeckt zehn Minuten auf dem Holzbrett ruhen lassen. Von den Knochen lösen und mit scharfem Messer quer zur Faser aufschneiden. Servieren.

Zutaten Roter Rub

4 EL grobflockiges Salz
3 EL Rohrzucker
2 EL Paprika edelsüss
1 EL Cayennepfeffer

In einem Einmachglas schütteln (darin lässt sich der Rest aufbewahren und später etwa für Spareribs verwenden).

Schmoren:

Brasato

(Schmorbraten im Rotwein)

(für 4 bis 6 Personen)

Zutaten

1,2 bis 1,5 kg Rindsbraten, z.B. Dicke Schulter oder Hals; Meersalz; Rinderfett zum Braten; Saucenknochen; 2 rote Zwiebeln, geschält, halbiert; 1 kleine Knoblauchknolle, quer halbiert; 2 Karotten, in Stängel geschnitten; 1 bis 2 Stängel Stangensellerie, in Stücke geschnitten; 4 bis 5 dl kräftiger Rotwein; schwarzer Pfeffer aus der Mühle; Zimt oder Muskatnuss, gemahlen

Zubereitung

Das Fleisch rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen und Raumtemperatur annehmen lassen. Fleisch salzen, im heissen Fett unter Wenden rundherum anbraten. Saucenknochen, Zwiebeln, Knoblauch und Gemüse beifügen und kurz mitbraten. Mit 2 dl Wein ablöschen und zugedeckt im unteren Teil des auf 250 Grad vorgeheizten Backofens 15 Minuten braten. Dann Hitze auf 160 Grad reduzieren und Fleisch 60 bis 90 Minuten schmoren lassen. Nach 45 Minuten restlichen Wein beifügen und Fleisch wenden. Fleisch herausnehmen, lose bedeckt auf einer vorgewärmten Platte ruhen lassen. Sauce durch ein Sieb in eine Pfanne giessen, auf dem Herd etwas einkochen lassen. Knoblauch aus der Schale drücken, mit übrigem Gemüse durchs Sieb

in die Sauce streichen. Mit Salz, Pfeffer, Zimt oder Muskatnuss abschmecken. Fleisch aufschneiden, mit Sauce anrichten.

Dazu passt feinkörnige Polenta.

Sieden:

Wiener Tafelspitz

(für 4 bis 6 Personen)

Zutaten

1,2 bis 1,5 kg Huftdeckel mit Fettschicht (Tafelspitz); 2 bis 3 l Wasser; Bouillongarnitur bestehend aus einer ungeschälter, besteckter Zwiebel, Lauch und Sellerieblätter (von Suppensellerie); einige schwarze Pfefferkörner; flockiges Meersalz;

2 Markknochen, kurz heiss gespült; zwei Karotten, geschält, je nach Grösse halbiert; ein kleiner Suppensellerie, geschält; ein Stück Wirz; frischer Meerrettich, gerieben

Zubereitung

Das Fleisch rechtzeitig aus dem Kühlschrank nehmen und Raumtemperatur annehmen lassen. Wasser, Bouillongarnitur und Pfefferkörner in einer grossen Pfanne aufkochen, salzen. Fleisch beifügen und etwa 90 Minuten bei kleinster Hitze ziehen lassen. Nach einer Stunde Markknochen, Karotten und Wirz dazugeben, fertig garen. Fleisch herausnehmen und quer zur Faser in Scheiben schneiden. Mit etwas heisser Bouillon und Gemüse anrichten. Mit Meerrettich servieren.

Dazu passen Salzkartoffeln.

Argumente für Biorindfleisch

- Biorinder sind Weiderinder. Sie fressen hauptsächlich Gras. Diese Ernährung ist nicht nur artgerecht, sondern sorgt auch für sehr aromatisches Fleisch.
- Der während der Vegetationszeit praktisch tägliche Weidegang sichert ein hohes Tierwohl. Im Winter sind Biorinder regelmässig im Auslauf.
- Mit Weiden kann nur so viel Fleisch produziert werden, wie der Standort her gibt. Wer Biorindfleisch einkauft, fördert den nachhaltigen Fleischkonsum. Und leistet damit einen Beitrag zum Schutz des Klimas.
- Bio-Knospe-Bäuerinnen und -Bauern fördern seltene Pflanzen- und Tierarten, in dem sie einen Teil ihrer Flächen als ökologisch hochwertige Lebensräume pflegen. Das dort gewonnene Futter fressen die Bioweiderinder gerne zu jungem Gras.
- In der Bioproduktion werden Grund- und Oberflächengewässer weder durch chemisch-synthetische Pestizide noch durch Mineraldünger belastet.
- Der Regen bewässert die Wiesen und Weiden. Der effektive Wasserverbrauch der Weiderinder beschränkt sich auf das Tränkewasser (20 Liter pro Tier und Tag).
- Bioweiderinder holen sich den grössten Anteil des Futters selber auf der Weide. Das reduziert den Energie-Input massiv. Fleisch von Weidetieren ist energieeffizient produziert.
- Mehr als 80% der landwirtschaftlich genutzten Fläche in der Schweiz sind Dauergrünland und Alpweiden. Viele dieser Flächen lassen sich nicht ackerbaulich nutzen. Rinder aber haben als Wiederkäuer die geniale Fähigkeit, Gras, Kräuter und Klee in Milch und Fleisch umwandeln zu können.
- Durch das Grasens der Rinder wird das Gräserwachstum angeregt. Die Wurzeln von heute sind der Humus von morgen. Humus besteht zu mehr als 50% aus Kohlenstoff. So wird die Atmosphäre von Klimagasen entlastet. Ohne Humus keine Bodenfruchtbarkeit.
- Fleisch von Weiderindern enthält besonders viele Omega3-Fettsäuren und das Verhältnis von Omega3 zu Omega6 ist ideal für die Gesundheit.
- Bioproduzenten setzen auf robuste Rassen. Alternative Heilmittel haben Vorrang. Prophylaktische Gaben von Antibiotika sind verboten.
- Biofleischprodukte werden schonend und nur mit den für die Haltbarmachung unabdingbaren Zusatzstoffen verarbeitet. Dadurch bleibt der authentische Geschmack erhalten.

Kennzeichnung von Knospe-Fleisch

Beim Entwerfen einer Etikette für frisches und verarbeitetes Fleisch gibt es eine ganze Reihe gesetzlicher Regeln zu beachten. Diese haben der Schweizer Fleisch-Fachverband und Agroscope in einem 28-seitigen Leitfaden für nicht biologische Produkte zusammengefasst. Er enthält für die wichtigsten Fleischwaren Beispielerketten, die an das zu etikettierende Produkt angepasst werden können. www.carnasuisse.ch > [Fleischinfos](#) > [Deklaration](#)

Für Bioprodukte müssen zusätzlich die Anforderungen der Bio-Verordnung erfüllt werden und für Knospe-Produkte auch die Richtlinien von Bio Suisse. Auch dafür gibt es ein Kennzeichnungsmerkblatt mit Beispiel-Etiketten. Es zeigt die Unterschiede von Etiketten für nicht biologische Produkte, Bio-Produkte, Knospe-Produkte und Demeter-Produkte auf. Zudem informiert es über die korrekte Verwendung der Marke Knospe: www.bio-suisse.ch > [Verarbeiter und Händler](#) > [Richtlinien und Merkblätter](#) > [Merkblatt Kennzeichnung biologischer Lebensmittel](#)

Zutatenliste

In der Zutatenliste muss angegeben werden, welche Zutaten biologisch sind. Die Codenummer der Zertifizierungsstelle, die für das Unternehmen zuständig ist, das die letzte Aufbereitung vorgenommen hat, muss aufgeführt werden. Die letzte Erzeugungs- oder Aufbereitungshandlung ist in der Regel das Etikettieren oder das Abfüllen.

Die Adresse

Bei einem Knospe-Lizenznehmer muss vor Firmenname, Postleitzahl und Ort «Knospe-Lizenznehmer» stehen; bei einem Knospe-Landwirt genügt Name, Postleitzahl und Ort.

Herkunftsangaben

Bei Zutaten mit einem Anteil von über 10% muss in der Zutatenliste die Herkunft angegeben werden. Bei Produkten mit dem Knospe-Logo für über 90% Schweizer Rohstoffe ist dies nicht nötig. Zusätzlich muss immer die Herkunft der namensgebenden oder der wertbestimmenden Zutaten angegeben werden.

Herstellverfahren

Bio Suisse verlangt bei verschiedenen Herstellverfahren, dass sie auf der Etikette aufgeführt sein müssen. Welche Herstellverfahren bei welchen Produkten deklariert werden müssen, steht in den Richtlinien von Bio Suisse im Kapitel des betreffenden Produktes jeweils im Abschnitt «Kennzeichnung».

Diese Stellen unterstützen Sie

Das Erstellen einer korrekten Deklaration für Etiketten wird auch als Dienstleistung angeboten. Bio Suisse prüft Ihre Adressen auf Richtlinienkompatibilität. Folgende Adressen bieten zudem entsprechende Dienstleistungen an:

Alimentavera, 062 562 62 77, www.alimentavera.ch

Reto Battaglia, 079 448 83 80, www.battaglia-gmbh.ch

bio.inspecta AG, 062 865 63 00, www.bio-inspecta.ch

Eurofins Scientific AG, 062 858 71 00, www.eurofins.ch

INTERLABOR Belp AG, 031 818 77 77, www.interlabor.ch

Richttabelle für Reifezeit

Fleisch wird nach der Schlachtung zäh und hat dann wenig Geschmack. Erst durch richtige Lagerung wird es so zart, saftig und aromatisch wie wir es uns wünschen. Meist erfolgt die Reifung eingeschweisst in Vakuumverpackung, in letzter Zeit erlebt aber die Reifung unverpackt am Knochen wieder eine Renaissance, weil Gourmetköche so gereiftes Fleisch des weniger säuerlichen Geschmackes wegen bevorzugen.

Das Gesetz verlangt, dass Fleisch nach dem Schlachten unter 7°C gelagert wird, Geflügel, Kaninchen und Hasen sogar unter 4°C. Bei diesen Temperaturen verlaufen die Reifungsvorgänge (mikrobielle und enzymatische Prozesse) langsam, bei 0°C kommen sie ganz zu erliegen. Um Fettoxidation zu vermeiden, soll die Lagerung möglichst unter Lichtausschluss erfolgen.

Empfohlene Dauer der Fleischreifung

Art	Dauer
Geflügelfleisch	1 bis 2 Tage
Lammfleisch	1 bis 2 Wochen
Ziegenfleisch	1 Woche
Schweinefleisch	2 bis 5 Tage je nach Teilstück
Kalbfleisch	8 bis 15 Tage je nach Teilstück
Rindfleisch	4 Tage bis 4 Wochen je nach Teilstück und Alter des Tieres (zum Kochen 4 bis 7 Tage, zum Braten 10 bis 14 Tage; zum Kurzbraten, Sautieren, Grillieren 2 bis 3 Wochen)
Pferdefleisch	1 bis 2 Wochen

Haltbarkeit

Die Haltbarkeit ist von den verschiedensten Faktoren abhängig, insbesondere von der Hygiene bei der Verarbeitung, von der Lagertemperatur beim Verarbeiter, beim Transport, im Detailhandel und im Haushalt. Wegen den gesundheitlichen Risiken ist es bei Fleischwaren angezeigt, die Haltbarkeit mit Vorsicht festzulegen. Keimzahlbestimmungen bei kritischen Produkten am Ende der Haltbarkeit zeigen, ob die gesetzlichen Grenzwerte eingehalten sind oder ob die angegebene Haltbarkeit verkürzt werden muss.

Bei tiefgekühlten Fleischwaren oder Fleischwaren, die ungekühlt gelagert werden können, muss das Mindesthaltbarkeitsdatum angegeben werden. Das Mindesthaltbarkeitsdatum ist das Datum, bis zu dem das Lebensmittel einwandfrei ist in Geruch, Geschmack, Nährwert und Farbe, vorausgesetzt es wurde richtig gelagert und nicht geöffnet. Nach Ablauf dieses Zeitpunktes ist es nicht gleich verdorben, deshalb heisst der Verpackungstext «Mindestens haltbar bis...».

Bei Produkten, die gekühlt gelagert werden müssen, ist das Verbrauchsdatum («Verbrauchen bis») anzugeben. Das Lebensmittel sollte spätestens an diesem Tag verbraucht werden.

Die folgenden Angaben können aus den eingangs erwähnten Gründen nur der Orientierung dienen.

Empfohlene Lagerdauer

Lagerung ungekühlt:

Dauerhaltbares Fleisch (z. B. Trockenfleisch, Rohschinken)	Wochen bis Monate
--	-------------------

Lagerung im Kühlschrank (5° C):

Hackfleisch, roh aus dem Offenverkauf	Zubereitung am Einkaufstag
Hackfleisch, roh, abgepackt	2 bis 3 Tage
Gulasch, Geschnetzeltes, Spiesse (roh)	1 Tag
Innereien, roh	1 bis 2 Tage
Kaninchenfleisch	2 Tage
Wild	2 Tage
Braten, Steaks, ganze Stücke (roh)	3 bis 4 Tage
Schweinefleisch nicht gehackt, Innerei	2-3 Tage
Lamm nicht gehackt oder Innereien	mager 2 Tage, fett 5 Tage
Rind nicht gehackt oder Innereien	mager 2 Tage, fett 5 Tage
Geflügelfleisch, roh	1 bis 2 Tage
Brüh- und Kochwurst ungeräuchert ohne Nitrit (Kalbsbratwurst)	3 Tage
Brüh- und Kochwurst geräuchert mit Nitrit (Cervelat)	5 Tage
Brüh- / Kochwürste, geräuchert, verpackt (Wienerli, Schübli)	bis 10 Tage
Zubereitetes (durchgegartes) Fleisch	2 bis 3 Tage
Bratwurst gebraten	2 bis 3 Tage
Aufschnittware (wie Lyoner, Kochschinken)	1 bis 3 Tage
Aufgeschnittene, gereifte Rohwurst (wie Salami, Rohschinken)	bis 10 Tage

Lagerung tiefgekühlt (-18 °C)

Rindfleisch, Kalbfleisch, Lammfleisch, Pferdefleisch	8 bis 10 Monate
mageres Schweinefleisch, Gitzfleisch, Kaninchenfleisch	4 bis 6 Monate
Schweinefleisch, fett	2 bis 3 Monate
Hackfleisch von Rind, Kalb und Schwein, mager	2 bis 4 Monate
Hackfleisch, fett	2 Wochen
Gans, Ente	6 bis 7 Monate
Huhn, Truthahn	10 Monate
Reh, Hirsch	12 Monate
Hase	8 Monate
Wildschwein	6 Monate
Innereien	1 bis 2 Monate
Wurst (wie Bratwurst, Wienerli, Schweinswurst)	2 bis 4 Monate
Blut- und Leberwürste	nicht einfrieren
Fleischvögel, Rouladen (Rind, Kalb)	2 bis 3 Monate

Lohnverarbeitung

Für das reine Schlachten schreibt die Bio-Verordnung keine Zertifizierung vor, für die weitere Verarbeitung aber schon. Trotzdem kann jeder Metzger für einen Knospe-Landwirt die Verarbeitung übernehmen, wenn er sich dabei an die Richtlinien hält und zwischen Produzent und Metzger ein Lohnverarbeitungsvertrag besteht. Die Kontrolle der Verarbeitung erfolgt dann über die Kontrolle der Produzenten. Ein Metzger darf so bis zu fünf Produzenten bedienen; werden es mehr oder will er Knospe-Produkte unter seinem Namen verkaufen, braucht er eine eigene Bio-Zertifizierung und einen Lizenzvertrag mit Bio Suisse.

Wenn der Verarbeiter nach den Richtlinien von Bio Suisse zertifiziert ist, trägt er das Risiko für allfällige Mängel selbst. Bei der Lohnverarbeitung ist der Produzent für die konforme Verarbeitung verantwortlich.

Lohnverarbeitung heisst, dass Zutaten und Material immer dem Auftraggeber gehören. Der Verarbeiter verkauft dem Auftraggeber also nichts, er wird nur für seine Arbeit bezahlt. Der Metzger darf dem Produzenten aber im Auftrag Zutaten wie Speck und Gewürze beschaffen und lagern. Der Produzent braucht für die Kontrolle die Zertifikate, Knospe-Anerkennungen und Rechnungskopien für alle Zutaten und für die GVO-kritischen Zutaten zusätzlich die InfoXgen-Bestätigungen für GVO-Freiheit.

Ein Lohnverarbeitungsvertrag ist nicht vorgeschrieben, wenn ein Bio Suisse Produzent für einen anderen Bio Suisse Produzenten im Lohn verarbeitet. Die Warenflüsse müssen jedoch mit Lieferscheinen und Bio-Zertifikaten belegt sein. Die Vorlage für einen Lohnverarbeitungsvertrag ist auf der Website von Bio Suisse zu finden:

www.bio-suisse.ch > [Verarbeiter & Händler](#) > [Lizenz für die Knospe](#) > [Vorlagen und Formulare](#)

Weitere nützliche Links

Rezeptdatenbank Bio Suisse:

www.bio-suisse.ch > Konsumenten > Knospe-Rezepte

Allgemeine Tipps zur Direktvermarktung von Bio Suisse:

www.bio-suisse.ch > Produzenten > Direktvermarktung

Richtpreise für die Direktvermarktung von Biofleisch:

www.bioaktuell.ch > Markt > Direktvermarktung > Richtpreise

Agridea-Katalog «Direktvermarktung Fleisch»

mit Berechnungsbeispielen und Vermarktungshilfen:

www.agridea.ch > Publikationen > Betrieb Familie Diversifizierung > Direktvermarktung > Direktvermarktung von Fleisch

Material für die Direktvermarktung und für die Kommunikation mit der Knospe:

shop.bio-suisse.ch

Um Fleischfachleute und Gastronomen bei der Verarbeitung und Vermarktung des ganzen Tiers zu unterstützen, hat Proviande das Branchenprojekt Projekt Savoir-Faire initiiert.

www.proviande.ch > Dienstleistungen und Statistik > Savoir-Faire

Dossier der Branchenorganisation Proviande zum Thema Nose to Tail

www.proviande.ch > Dossier > Nose to Tail

Kampagne von KAG Freiland für den Verzehr weniger beliebter Fleischstücke

www.allofit.ch

Küchenplakat

**Küchenplakat
für Ihre Kunden**



Küchenplakat «Das Rind von Kopf bis Schwanz»,
Nicole Hasler, 25.– Fr.

www.zumfressngern.ch

Nützliche Literatur

Bücher

Nose to Tail, Fergus Henderson, Echtzeit Verlag, 54.– Fr.

Fleisch, Ludwig Maurer, Matthaes Verlag, ca. 85.– Fr.

Beef!, Steaks, Tre Torri Verlag, ca. 50.– Fr.

Das Fleisch Kochbuch, Nichola Fletcher, DK Verlag, ca. 30.– Fr.

Crafted Meet, Hendrik Haase, Gestalten Verlag, ca. 51.– Fr.

Quinto Quarto, Cornelia Schinharl, Beat Koelliker, AT-Verlag, ca 32.– Fr.

Fleischküche, Kathrin Sprecher, Landfrauen kochen, ca. 27.– Fr.

Blogs

Zum fressen gern: originelle Rezepte mit und ohne Fleisch:

www.zumfressngern.ch

What's on the Grill: 12 Folgen zu besonderen Grillstücken:

www.watson.ch/whats+on+the+grill