Zeitschrift: Bündnerisches Haushaltungs- und Familienbuch
Herausgeber: [s.n.]
Band: - (1911)

Artikel: Über Einkauf und Beurteilung des Fleisches
Autor: Kauffmann-Meyer, O.
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-971598

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Über Einkauf und Beurteilung des Fleisches

Von O. KAUFFMANN-MEYER, LUZERN

Milch und Fleisch sind unsere wichtigsten Nahrungsmittel. Deren Eigenschaften zu kennen, ist daher für jedermann unbedingt erforderlich, der mit dem Haushalte irgend etwas zu tun hat. Die tägliche Beobachtung lehrt aber, daß die Großzahl derjenigen, die z. B. mit dem Einkaufen des Fleisches betraut sind, davon wenig oder gar nichts verstehen, nicht einmal durch Schaden klug werden und die Folgen ihres verfehlten Einkaufes nicht da suchen, wo sie sollten, nämlich in ihrer Unkenntnis. So kommt das Fleisch bald zu fett, zu mager, zu hart, zu weich auf den Tisch, weil nicht das richtige Stück gewählt wurde, oder weil das Fleisch überhaupt schlecht war. Mit etwas mehr Sachkenntnis würde mancher Bissen besser und viel Ärger und Schimpf vermieden werden. Diese Beobachtung veranlaßt uns, hier über das frische Fleisch einige Auskunft zu geben.

Beim Großvieh gibt es Fleisch von Ochsen, Rindern, Kühen und Bullen (Muni). Das **Ochsenfleisch** ist unbedingt in jeder Hinsicht allen andern Sorten vorzuziehen; es ist das nahrhafteste, saftigste Fleisch und gibt die beste Suppe. Es erklärt sich dies sehr einfach aus der Natur der Sache, da der Ochse weder zum Züchten, noch zum Milchproduzieren verwendet wird, wie das beim Muni und bei der Kuh der Fall ist. Ochsenfleisch muß 2½—3 Stunden bei gelindem Feuer gesotten werden. Mageres Fleisch liefert die nahrhafteste und beste Suppe. Knochen sind ca. 70 % billiger als Fleisch, enthalten immerhin einigen Nährstoff und werden also zur Suppe benützt; aber sie sollten nnr im Beisein von Fleisch gesotten werden. Es ist ein großer Fehler, wie es oft geschieht, und wie es schon in Militärküchen wahrgenommen werden konnte, daß für Mittag das Fleisch allein, und für die Abendsuppe die frischen Knochen allein gesotten werden. Ebenso ist es eine irrige Ansicht, Kuhfleisch gebe die beste Suppe. Bringt man das Fleisch in kaltem Wasser über das Feuer, so wird dasselbe ausgesotten und der letzte Nährgehalt kann ihm so entzogen werden. Legt man das Fleisch jedoch sofort in heißes Wasser, so gerinnt sofort der Eiweißstoff und verstopft die Poren, so daß das Fleisch saftiger und nahrhafter bleibt, dafür jedoch die Suppe schwächer wird.

Rindfleisch macht auf der Platte, wir möchten sagen, den besten Eindruck; es ist schmackhaft, weiß und wird nach kurzem Sieden (1½—2 Stunden) weich; die Suppe läßt aber hinsichtlich Kraft zu wünschen übrig. Kommt noch ein zweites oder drittes Fleischgericht auf den Tisch, so dürfte Rindfleisch dem Ochsenfleisch vorgezogen werden. Wer bei seinem Mahle nur ein Fleisch hat, sollte sich an Ochsenfleisch, seines größeren Gehaltes wegen, halten. Der Preis ist ja gewöhnlich bei beiden der gleiche.

Bullen-(Muni)-fleisch ist bedeutend weniger wert, als das zuvor genannte; wir wollen den Minderwert auf 30 % taxieren; es ist nicht saftig, langfaserig, hat weniger Nährstoff, als das Fleisch eines Ochsen oder eines gutgenährten Rindes oder selbst einer Kuh.

Kuhfleisch ist die geringste Sorte; gesotten ist es dunkel, hat weniger Nährwert, ist zähe, oft nicht zum Weichsieden, aber auch 20 % billiger als Ochsenfleisch. Allerdings muß nicht vergessen werden, daß das Alter des Schlachttieres von so großem Einfluß ist, daß eine junge, gemästete Kuh ein vorteilhafteres Fleisch liefern kann, als ein alter, abgearbeiteter, magerer Ochse.

Erste Qualität Ochsenfleisch ist etwas dunkelrot, mit weißlich-gelbem Fett durchzogen und bedeckt. Rindfleisch ist heller rot, und auch das Fett ist weißer. Kuhfleisch hat gewöhnlich gelbes Fett, dunkles und verhältnismäßig weniger Fleisch und mehr Prozent Knochen.

Die magern Stücke zum **Sieden** sind: Schwanzfeder, Schlüsselstück, Bäggli, dann folgen Laffen und Hals. Wer saftigeres Fleisch liebt, nehme zunächst hohen Hochrücken, Schilt, dicken Bauchlempen, abgedeckten Hochrücken, dann Brust und dünne Bauchlempen.

Der Lenden der Nierstücke wird gewöhnlich zum **Braten** verwendet. Man unterscheidet an einem Nierstück das Filet, Roastbeef und Romsteak. Die besten Beefsteak liefert das Filet; Entre-côtes werden aus dem Roastbeef geschnitten; Romsteak eignet sich zu Bœufbraisé. Zum Braten eignen sich noch Bägglistück, Schweifstück, Schlüsselstück und hoher Hochrücken; diese sind aber stets etwas zäher, als die erstgenannten.

Wir wollen übergehen zum Fleisch von Klein- oder Schmalvieh. Die gleichen Partien am **Kalb** heißen oberer und unterer Spälten, Nierbraten, Côtelettes, Laffen, Brust oder Hals. Das zum Schlachten bestimmte Kalb soll 6—10 Wochen alt sein und lebend ein Gewicht von 100—150 Kilogramm haben. Was älter und schwerer ist, gehört eher zum Rindfleisch. Das Kalbfleisch soll weiß sein, eine rötliche Farbe zeugt von geringerer Qualität.

Die Stücke am **Schaf** benennt man mit Stötzli (Gigot), Côtelettes, Läffli, Brüstli. Letzteres ist trotz seines billigern Preises nicht vorteilhaft. Das Schaffleisch sollte von einem Hammel herrühren, also weder von einem Mutterschafe, noch vom Bock, sonst „riecht es nach der Wolle". Leider sind die meisten einheimischen Schafe mit dieser Beigabe behaftet; dies mag wohl auch ein Grund sein, daß uns Deutschland so viele Schafe sendet.

Beim **Schweinefleisch** unterscheiden wir die Hammen, das Filetstück, die Hals-Côtelettes, Läffli, Bauchlempen und Speck. Das Halsstück vom Schwein ist eine sehr beliebte Partie, zum Gegensatz von Großvieh, Kalb und Schaf, wo es als letztes Stück zu betrachten ist.

Als eßbare **Eingeweide** sind zu erwähnen: Zunge, Hirn, Leber, Nieren, Gerick (bestehend aus Herz und Lunge), Kutteln, Krös, Zwerchfell oder Listenfleisch und Kronfleisch oder Krühe. Das Milz gilt nicht als menschliche Nahrung, gibt aber kräftige Suppe. Daß diese unsere Rangordnung eine absichtliche ist, wird man leicht merken. Kopf und Füße gehören freilich nicht zu den Eingeweiden, aber ihrer Qualität nach wollen wir sie hier auch anführen.

Das Fleisch kann auf verschiedene Arten verdorben sein. Nach einigen Tagen, im Sommer oft schon am zweiten, wird es dunkel angelaufen, d. h. der Zersetzungsprozeß fängt außen an. Das dunkle kann abgeschnitten werden; das Übrige zu genießen, braucht man in keiner Weise Befürchtung zu hegen. Bei der Entwicklung der Gärung riecht das Fleisch, wird grün und bekommt einen widerlichen Geschmack; in diesem Stadium ist das Fleisch absolut ungenießbar und bewirkt die bekannten Vergiftungen, die sich in Bauchweh, Durchfall, im höheren Grade noch gefährlicher zeigen. Es ist allerdings schwierig festzustellen, von welchem Momente an das verdorbene Fleisch unter Vorbehalt genießbar oder ganz und gar schädlich ist.