

**NAHRUNG**

Ein Rind sollte sich von Gras und nichts anderem ernähren dürfen. Vorsicht beim Vermerk «korngefüttert».

**CHECKLISTE**

Drei Fragen, die Sie ihrem Metzger stellen sollten: 1. Welche Rasse? 2. Wovon ernährte sich das Tier? 3. In welchem Alter wurde es geschlachtet?

**ALTER**

Es gibt es keine Altersobergrenze für gutes Fleisch. Mindestens 30 Monate sollte das Tier jedoch (idealerweise mit viel Auslauf) gelebt haben.



Fleisch. Meat. Steaks. Was die meisten als ihr tägliches Brot beanspruchen und eingefleischte Karnivoren gar als Menschenrecht deklarieren, ist weit mehr. Je mehr wir über die Komplexität von Fleisch lernen, desto eher realisieren wir:

Der Schlüssel zum allerbesten Steak ist nicht bloss der gelungene Dreiklang aus Geschmack, Konsistenz und Saftigkeit. Diese drei Hauptcharakteristika sind ihrerseits beeinflusst von Rasse, Tierhaltung, Schlachtung, Reifeprozess und den handwerklichen Fähigkeiten des Metzgers. Und das alles bevor der Koch auch nur einen einzigen Gedanken daran verschwendet, das Steak in die Pfanne zu hauen.

Beim Kauf entscheiden Sie, wohin die Reise gehen soll. Mit den folgenden vier Fragen und hoffentlich richtigen Antworten entlassen Sie den Verkäufer aus seiner Verantwortung:

1. Welcher Rasse entstammt das Stück? Das kann ein traditioneller, britischer Breed sein, wie Aberdeen Angus, Scottish Longhorn, Hereford oder Gallo-

way, aber auch Chianina aus der Toskana, ein hiesiges Simmenthal, ein Charolais oder Limousin. Entgegen landläufiger Meinungen sind sämtliche Rinder in Nord- und Südamerika Kreuzungen aus verschiedenen europäischen Rassen. Schliesslich brachte Kolumbus die ersten Tiere dorthin mit.

2. Wovon ernährte sich das Tier? Von Gras! Nichts anderes. Für das Tier – und das Fleisch – die natürlichste und beste Nahrung. Sobald es heisst «korngefüttert», fragen Sie unbedingt nach. Waren Hormone, Antibiotika und Vitamine im Spiel? Wie lange fütterte man das Tier mit Getreide in den sogenannten Feed-Lots? Das sind enge Verliese, welche die Bewegungsfreiheit einschränken und das Rind

schneller Fett ansetzen lassen, üblicherweise in den letzten vier bis fünf Monaten seines Lebens. Krankheiten, die beim Tier durch die abrupte Umstellung von frischem Gras auf Getreide ausbrechen, werden mit Antibiotika bekämpft. Hormone wiederum verleihen der Mästung Schub.

3. In welchem Alter wurde das Tier geschlachtet? 30 Monate plus! Fleisch gleich Muskeln, ihre geleistete Arbeit hat einen direkten Bezug auf den Geschmack. Denken Sie an den Geschmack einer Wildente, vergleichen mit dem eines Masthuhns. Je älter ein Rind ist, desto öfters hat es den Kopf beim Grasens gesenkt und wieder gehoben und ist auf der Suche nach Futter länger und weiter gelaufen. Diese Philosophie steht der möglichst

raschen und bewegungsarmen Mästung in Feed-Lots diametral entgegen. Es gibt keine Altersobergrenze für gutes Fleisch. Klar, der Markt verlangt leuchtend-rote Steaks, und je länger ein Tier lebt, desto dunkler und unansehnlicher wird sein Fleisch. Im spanischen Baskenland ass ich einmal ein grandioses Steak von einem fünfzehn Jahre alten Ochsen. Der Gute arbeitete dreizehn Jahre hart auf dem Feld, vor seiner Schlachtung gönnte man ihm noch zwei Jahre geruhige Pension. Den Geschmack und diese wunderbare Textur werde ich nie vergessen.

Die letzte und möglicherweise entscheidende Frage nach der Reifung und Lagerung, sowie Tipps zum perfekten Gelingen eines Steaks lesen Sie in der nächsten Ausgabe.

**Richard Kägi** ist Foodscout und Einkäufer der \*\*\*delicatessa im Globus. Er reist seit bald 20 Jahren um die Welt auf der Suche nach Spezialitäten, Rezepten und den interessanten Menschen, die dahinter stehen. Infos: richard.kaegi@globus.ch | globus.ch

# Der Weg zum besten Steak

Text: Richard Kägi | Foto: Dominique Schütz