



Gesunder  
**Genuss**  
für alle!

Wilhelm Blatzheim

# 100% WURST

Die leckersten Rezepte zum  
Selbermachen und Genießen

# **100% WURST**

Die leckersten Rezepte zum Selbermachen  
und Genießen

# Inhalt

## [Vorwort](#)

[Der Rohstoff Fleisch - Basics für ungetrübten Wurstgenuss](#)  
[Guten Appetit - Danke fleischfalls! - Es gibt viele Gründe für den Fleischverzehr](#)

[Wissen, wo es herkommt - Warenkunde Fleisch - So erkennen Sie Qualität an wenigen Merkmalen](#)

[Fleisch vom Besten - Tipps zu Einkauf, Transport und Lagerung](#)

[Das kommt Ihnen in die Tüte - Worauf Sie beim Fleischeinkauf achten müssen](#)

[Sensible Ware - Richtiger Umgang mit Frischfleisch](#)

[Ab durch den Wolf - Die richtigen Geräte zum Selberwurstentechnik, die beim Wurstentechnik begeistert - Diese Geräte benötigen Sie](#)

[Praktische Helfer - Folgendes Zubehör erleichtert Ihnen das Wurstentechnik](#)

[Gefäßkunde - Glas oder Darm - wohin mit der Wurst?](#)

[Heute ist Wursttag! - Schritt für Schritt zur fertigen Wurst](#)

[Abgefüllt und zugekehrt - So kommt die Wurst in die Pelle](#)

[Brühwarm zur eigenen Wurst - So funktioniert das Garen](#)

[Ganz schön pikant! - Wie Gewürze Ihre Hausmacherwurst verfeinern](#)

[Der Geruch der Macht - Eine kleine Würzgeschichte](#)

[Gestatten, ich bin scharf- Ihre Gewürze stellen sich vor](#)

[Alles hausgemacht! - Meine Rezepte zum Selberwurstentechnik](#)

[Das Erfolgsrezept - Einige Vorbemerkungen zum Naturprodukt Wurst](#)

[Mit Leib und Leber - Leberwurst mit Frischekick](#)

[Leckerer Stück Lebenskraft - Blutwurst aus Leidenschaft](#)

[Vielseitiges Anfängerglück - Grillwurst und andere Leckerbissen](#)

[Fettarmer Augenschmaus - Das Geheimnis von Sülze und Schwartenmagen](#)

[Königliches aus dem Wasserbad - Pasteten - mal fein, mal handfest](#)

[Genuss auf einen Streich - Meine Brotaufstrich-Spezialitäten](#)

[Echte \(Haus-\)Mannskost - Leckere Gerichte mit Wurst](#)

[Ran an die Wurst - Willkommen in meinem «Wurst Wide Web»](#)

[Rezeptregister](#)

[Impressum](#)

[Register](#)

[A](#)  
[B](#)  
[C](#)  
[D](#)  
[E](#)  
[F](#)  
[G](#)  
[H](#)  
[I](#)  
[K](#)  
[L](#)  
[M](#)  
[N](#)  
[P](#)  
[R](#)  
[S](#)  
[T](#)  
[U](#)  
[V](#)  
[W](#)  
[Z](#)

## Entdecken Sie puren **Wurst-Genuss** - mit diesem Buch!



Wurstliebhaber aufgepasst! Fleisch ist Ihr Gemüse und Selbstgemachtes schmeckt Ihnen am besten? Dann werfen Sie die Schürze über und legen Sie los. Für noch mehr Spaß genügt ein Griff zum Telefon. Laden Sie Ihre Freunde ein, und die Wurst-Party kann beginnen.

Dieser Ratgeber zeigt Ihnen, wie Sie gemeinsam zu Hause die leckersten Würste herstellen. Schnell und spielend leicht – da lässt das Fleischvergnügen nicht lange auf sich warten! Und das Tollste: Sie bestimmen selbst, was in die Wurst kommt. Saftiges Fleisch und ausgewählte Zutaten, sonst nichts. Für den urwüchsigen Genuss wie frisch vom Hausschlachter. Mmmh, das schmeckt ... Also, bringen Sie Leben in die heimische Küche und entfachen Sie Ihre Wurst-Leidenschaft!

**Zum Anbeißen** Großer Rezeptteil mit unwiderstehlichen Fotos

**Verlockend vielseitig** Von deftig-knackigen Würsten bis zu hauchfeinen Pasteten

**Ganz natürlich** Alles frei von Geschmacksverstärkern und Zusatzstoffen

**Üppig aufgetischt** In fröhlicher Runde schlemmen

**Meisterhaft** Die besten Tipps aus 50 Jahren Erfahrung – jetzt als Buch für Sie!



## Über den Autor

Er ist «Mister 100% Wurst»: Wilhelm Blatzheim. Als Sohn einer Metzgerfamilie verbrachte er schon im Kinderwagen jeden Tag in der Fleisch- und Kolonialwarenhandlung der Eltern. Aufgewachsen zwischen Ölsardinen, Camembert und natürlich Wurst, folgte er früh dem Vorbild von Vater und Großvater. So schlachtete und zerlegte Wilhelm Blatzheim bereits mit 14 Jahren fachmännisch sein erstes Schwein.

Nach der Metzgerlehre ließ sich der wissbegierige Voreifeler gleich noch zum Koch ausbilden. Und weil ein Wilhelm Blatzheim stets auch gern über den Tellerrand hinausblickt, war der studierte Betriebswirt viele Jahrzehnte als Foodhunter weltweit auf der Jagd nach neuen Gourmet-Erlebnissen, um die Gaumen anspruchsvoller Feinschmecker zu verwöhnen.

Nun hat sich der engagierte Altmeister ein neues Ziel gesetzt: Er will seine besten Tipps und Rezepte aus 50 Jahren Wurst-Erfahrung mit allen teilen, die Freude am unverfälschten Geschmack haben!

**Jetzt reinklicken:**

[www.facebook.com/100ProzentWurst](http://www.facebook.com/100ProzentWurst)





## Abfüllen nach Wunsch

Sie haben die Wahl: Bei vielen Rezepten entscheiden Sie selbst, ob Sie Ihre Wurst lieber im Glas oder im Darm mögen. Und wie wäre es zur Abwechslung mal mit einer Pastete? Hier sehen Sie alle Gefäße im Überblick:



Entdecken Sie bei einem Rezept dieses Symbol, füllen Sie die jeweilige Wurstmasse in Gläser ab. Viele Arbeitsschritte brauchen Sie dafür nicht, und die Gefäße lassen sich prima auf Vorrat lagern. So gelingt die Herstellung kinderleicht.



Bei Rezepten mit diesem Symbol gehört die Wurstmasse in den Darm. Das ist der Fall, wenn Sie die Wurst nach dem Abfüllen noch weiter verarbeiten, zum Beispiel beim Grillen. Da sind Gläser hinderlich, ein essbarer Schweinedarm bildet hingegen die erste Wahl.



Neben der deftigen Wurst für Darm und Glas zeige ich Ihnen in diesem Buch noch weitere Spezialitäten, zum Beispiel Pasteten oder Brotaufstriche. Diese erkennen Sie immer am Topf-Symbol. Halten Sie danach Ausschau, und Sie bekommen eine Gaumenfreude der Extraklasse.

Sehen Sie Glas und Darm, dürfen Sie selbst entscheiden, wie Sie Ihre Wurst abfüllen. Probieren Sie doch einfach beides aus!







## Machen Sie mal wieder Wurst!

### Deshalb lohnt sich das Selberwurst

*Warum greifen Sie immer noch zur Plastikverpackung? Machen Sie Ihre Wurst doch einfach selber! Frisch, gesund, herzhaft – ein Genuss. Das Gute daran: Die Zubereitung am heimischen Herd ist keine Zauberei. Sie glauben ja nicht, wie schnell auch Sie zum «Wurstaholic» werden.*

Hanswurst war gestern. Stellen Sie heute Wurst selber her, gelten Sie als cleverer Genießer. Menschen mit Geschmack sind schließlich überall gern gesehen. Ihre Freunde folgen Ihnen sicher mit Begeisterung in die Wurstküche. Treffen Sie sich um den dampfenden Kessel oder an der Wurstmaschine. Das gemeinsame Mischen, Kneten, Würzen, Garen und Verspeisen der Wurst lässt den geselligen Geist der bäuerlichen Großfamilie sogar in einer 2-Zimmer-Wohnung auferstehen. Um das Gelingen müssen Sie sich keine Sorgen machen. Jeder kann wursten! Folgen Sie nur meinen Tipps und Ratschlägen, dann funktioniert die Herstellung kinderleicht. Gemeinsam rücken wir der Wurst auf die Pelle: Warum die Knackwurst heißt, wie sie heißt, können Sie hören. Aber warum ist die Weißwurst eigentlich nicht rot? Und steckt in Bierwurst tatsächlich Bier? Ein großer Vorteil des Selberwurstens: Sie, und nur Sie, entscheiden, was in die Wurst kommt.

*«Bei mir kommt nur Qualität in die Pelle!»*

In Zeiten von Gammelfleisch und Schimmelkäse gar kein so schlechtes Argument, finde ich. Wurst selber machen heißt: keine Zusatzstoffe, keine Geschmacksverstärker. Keine faulen Kompromisse! Und den Fettgehalt variieren Sie ganz nach Gusto.

Ja, Wurst «Marke Eigenbau» bedeutet ein echtes Stück Gesundheit. Das wussten schon Ihre Großeltern, und deshalb finden Sie in diesem Buch ausschließlich meine besten Rezepte nach traditioneller Altmeister-Art. Diese Wurst schmeckt so ursprünglich wie früher. Würzig und kräftig dank frischer Zutaten - und garantiert ohne chemische Zusatzstoffe. Das zergeht auf der Zunge! Nicht umsonst höre ich häufig die Bitte meiner Lieben: «Mensch Willi, mach doch mal wieder Wurst!»

### ***Tradition verpflichtet***

Folgen Sie den praxisnahen Anweisungen in diesem Buch - und Ihre Freunde werden das Gleiche bald von Ihnen fordern. Sie werden feststellen, dass hausgemachte Fleischwaren viele Anhänger haben. Wenn es um die Wurst geht, können Sie sich ruhig auf mich verlassen. Sowohl mein Großvater als auch mein Vater waren Metzgermeister. Deshalb wusste ich schon früh, worauf es beim Wursten ankommt. Als DLG-Sachverständiger habe ich später gelernt, streng auf Qualität zu achten. Genauso war das in meiner Tätigkeit als Metzger und Koch. Die Leidenschaft für hochwertige Fleischwaren gehört einfach dazu. Und weil es ohne Inspiration nicht geht, lernte ich als Foodhunter internationale Spezialitäten im weltweiten Im- und Export von Feinkost kennen. Dieses Wissen möchte ich an Sie weitergeben. Ich bin mir nämlich sicher, dass Sie - genau wie ich - ein Genussmensch sind. Mit viel Sinn für Qualität. Eben ein echter «Wurstaholic».

Wilhelm  
Blatzheim





## **Der Rohstoff Fleisch**

### **Basics für ungetrübten Wurstgenuss**

Fleisch ist der Stoff, aus dem die Würste sind. Die Formel versteht jeder: Je wertvoller dieser Rohstoff, desto leckerer und gesünder die Wurst.

## **Guten Appetit - Danke fleischfalls!**

### **Es gibt viele Gründe für den Fleischverzehr**

*Warum sollen Sie eigentlich Fleisch essen? Und warum schmeckt es Ihnen so gut? Welche Inhaltsstoffe davon braucht Ihr Organismus - und auf welche kann er verzichten? Da selbst hergestellte Würste zu 95 Prozent aus einem Fleisch-Speck-Gemisch bestehen, lohnt sich ein kleiner Ausflug in das Reich der «Fleischeslust».*

Da liegt es vor Ihnen, ein Steak ganz nach Ihrem Geschmack. Von außen leicht gebräunt, von innen saftig und zart. Wie dieser Leckerbissen auf Ihrer Zunge zergeht, können Sie sich vorstellen. Aber wissen Sie auch, was Sie da zu sich nehmen? Ich verrate es Ihnen: Grundsätzlich besteht Fleisch zu 15 bis 20 Prozent aus Eiweiß (Protein) und bis zu 45 Prozent aus Fett. Etwa ein Prozent Vitamine, Kohlenhydrate und organische Säuren machen den kostbaren Nährstoffmix komplett.

### ***Powersnack dank Aminosäuren***

Das Nahrungsmittel Fleisch ist heute nicht ganz unumstritten. Weil manches Fleisch lieblos auf Masse produziert wird. Oder unter gesundheitsschädigenden Bedingungen auf den Markt geworfen. Kurz: Fleisch von minderer Qualität macht aus Ihrer Wurst tatsächlich keine Gaumenfreude. Der bewusste Genuss von hochqualitativem

Fleisch gehört aber zu einer abwechslungsreichen, gesunden Ernährung unbedingt dazu.

Vor allem aufgrund der lebensnotwendigen Inhaltsstoffe wird Fleisch für Ihren Organismus zum echten Powersnack. Das tierische Eiweiß kommt dem menschlichen sehr nahe. Wir verwerten es besonders schnell. Dabei entsteht pure Energie, denn Protein besteht hauptsächlich aus wertvollen, essenziellen Aminosäuren. Die wiederum sind Grundbausteine für jede einzelne Zelle Ihres Körpers. Einen Teil davon produziert er selbst, beim Rest freut er sich über Ihre Hilfe: indem Sie Fleisch essen. Die Ernährungswissenschaft empfiehlt täglich ein Gramm Eiweiß pro Kilogramm Körpergewicht, und dieses sollte zur Hälfte aus tierischem Eiweiß bestehen.

### ***So wertvoll ist Ihr Steak***

Beim Fleischgenuss erhalten Sie zusätzlich lebensnotwendige anorganische Nährstoffe, die Mineralstoffe. Vorwiegend Natrium, Kalium, Kalzium, Phosphor und Eisen. Da werfen Sie lange Nahrungsergänzungsmittel ein, ehe Sie diesen Vitalcocktail erreichen. Das gilt ebenso für die Vitamine, hauptsächlich aus der B-Familie. Vitamin B 12 ist wichtig für Zellteilung, Blutbildung und Ihr Nervensystem. Der Organismus bezieht es ausschließlich aus tierischen Produkten. Pflanzenprodukte sehen hier eher welk aus. Mit 100 Gramm Muskelfleisch kann Ihr Bedarf an den einzelnen B-Vitaminen zwischen 20 und 100 Prozent gedeckt werden. Eine Sonderstellung bezüglich des Vitamingehaltes nimmt übrigens die Leber ein, die neben den B-Vitaminen außerdem einen hohen Gehalt an Vitamin A aufweist.

### ***Keine Angst vor der richtigen Menge Fett***

Schließlich gibt es noch einen Inhaltsstoff, der heutzutage unter einem schlechten Ruf leidet: Fett. Urteilen Sie nicht zu vorschnell. Das richtige Quantum Fett im Fleisch macht die Wurst zart und rundet sie geschmacklich ab. Zum Glück haben Sie es jetzt selbst in der Hand, den Fettgehalt Ihrer Wurst nach Altmeister-Art zu bestimmen. Bei allen Gedanken an Ihre Figur und Ihre Gesundheit sollten Sie nicht vergessen, dass auch Fett Ihrem Organismus Energie spendet. Solange Sie nicht damit übertreiben. Je fettiger die Wurst, desto schwerer liegt sie nämlich im Magen. Andere Faktoren, wie das Alter des Tieres oder der Reifezustand des Fleisches, spielen bei der Verträglichkeit ebenso eine Rolle. Informieren Sie sich daher, von welchem Tier das Fleisch zum Wursten stammt. Auf den folgenden Seiten gebe ich Ihnen einen praxisnahen Einblick in die fleischige Welt von Rind, Schwein und Co. Damit Ihnen niemand einen Ochs für eine Kuh vormacht.



*«Fleisch und Wurst zählen zu den wichtigsten Eisenquellen für alle, die sich*

*nicht vegetarisch ernähren.»*

## Wissen, wo es herkommt - Warenkunde Fleisch

### So erkennen Sie Qualität an wenigen Merkmalen

*Sehen Sie sich bei Ihrem nächsten Spaziergang auf dem Land mal um. Wie wird das Vieh hier gehalten? Die Qualität des Fleisches hängt davon ab. Auch Alter, Geschlecht, Körperbau, Gesundheits- und Nährzustand des Tieres haben großen Einfluss. Folgen Sie mir auf meiner kleinen «Fleischbeschau».*

## Rund ums Rind

Glückliche Wurst kommt von glücklichen Rindern. Für viele in diesem Buch beschriebene Rezepte können Sie deshalb ihr Fleisch verwenden. Was wir allgemein unter «Rindfleisch» verstehen, ist genauer gesagt das Muskelfleisch des Hausrindes. Bereits vor 250.000 Jahren weidete sein stolzer Vorfahr, der Aurochse, auf den einsamen Wiesen Mitteleuropas. Durch gezielte Züchtung entstanden aus diesem «Urvieh» die heutigen Rinderarten. Ihr Fleisch gehört zu den beliebtesten Sorten der deutschen Küche. In Europa zählt Deutschland daher auch zu den wichtigsten Erzeugerländern.

## ***Der Genießer und das liebe Vieh***

100 Gramm mittelfettes Rinder-Entrecôte (ein Steak aus der Hoch- oder Zwischenrippe) enthalten etwa 15 Gramm Eiweiß und 18 Gramm Fett. Das macht zusammen 240 Kilokalorien. Damit liegt Rindfleisch energietechnisch im Mittelfeld zwischen ganz magerem Kalbfleisch und fettem Schweinefleisch.

**Aber aufgepasst:** Rindviech ist nicht gleich Rindviech. Da gibt es große Unterschiede, vor allem bei Geschlecht und Alter, in dem das «liebe Vieh» geschlachtet wird.



## Die häufigsten Arten

### Niederungsvieh:

- Schwarzbuntes Tieflandrind
- Rotbuntes Tieflandrind
- Rotes Angler Rind
- Deutsches Shorthorn-Rind

### Höhenvieh:

- Höhenfleckvieh
- Wäldervieh
- Gelbes und lichtiges Höhengvieh
- Rotes Höhengvieh
- Graubraunes Höhengvieh
- Pinzgauer Rind

*«Je jünger das Schlachttier, desto besser die Bindung der Wurstmasse.»*

### **Geschlechts- und Altersbezeichnung**

Hereinspaziert in den imaginären Kuhstall. Hier tummeln sich die hübschen Tiere mit den großen braunen Augen in allen Alters- und Größenklassen.

Fangen wir klein an, nämlich beim Kalb. So wird das Jungtier bis zu einem Alter von sechs Monaten genannt. Man unterscheidet weibliche Kuhkälber von männlichen Bullenkälbern. Saugkälber sind noch nicht entwöhnt, und Mastkälber werden mit acht bis zwölf Wochen geschlachtet. Ihr Fleisch: hellrosa, feinfaserig und von fantastischer Zartheit.

Mastkälber mit ungewöhnlich vollen Hinterschenkeln nennt man Doppellender. Jungrind oder Fresser heißt das jugendliche Rind von sechs bis etwa 18 Monaten. Der Jungochse ist kastriert, sein Fleisch rot, feinfaserig und mit hellen Fettadern durchzogen. Der wiederum unkastrierte Jungbulle liefert mageres, etwas trockeneres Fleisch ohne Fettmarmorierung. Einen sehr kräftigen Geschmack hat das braunrote Fleisch des Mastochsen, eines kastrierten und auf Gewicht gemästeten Rinds.

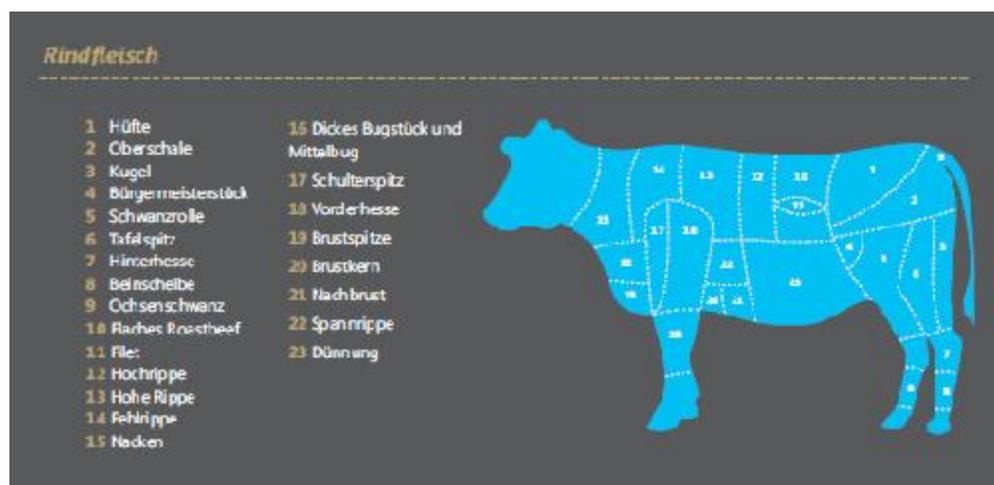
Als Färsen oder Starke bezeichnet man das weibliche Tier bis zum ersten Kalben. Kräftig rot und saftig schimmert ihr Fleisch. Die Kuh kennen Sie, das weibliche Rind nach der ersten Kalbung. Genau wie beim Bullen oder Stier, dem geschlechtsreifen männlichen Pendant, neigt das Fleisch dazu, etwas zäh zu sein. Gelbe Fettadern durchziehen die ansonsten dunkelroten Fleischfasern.

## Info

### Du alte Kuh?

Begegnen Sie einer Kuh auf freier Wildbahn, versuchen Sie mal, anhand ihrer Hornringe das Alter zu schätzen. Bei jedem Kalben bildet sich an ihren Hörnern ein Ring. Auch für den Fachmann ist das ein Ansatzpunkt, um die Lebensjahre zu bestimmen.

Aber passen Sie auf, dass Sie nicht auf die Hörner genommen werden! Beim Rind verraten vor allem die Zähne, wie viele Jahre es auf dem Buckel hat.



## ***Das kommt vom Rind in die Wurst***

**Rindfleisch aus der Hüfte** Quadratisch, praktisch, lecker: Die Rinderhüfte ist ein kompakter, rechteckiger Brocken Fleisch, kräftig rot glänzend und mit feinen Fettadern durchzogen. Dieses Fett hat den Schmelz, den wir für unsere Mettwurst brauchen.

Das saftige Fleisch wird gekocht, geschmort oder gebraten und macht sich sehr gut in einem frischen Rindfleischsalat. Die Hüfte des Rinds hat übrigens viele regional geprägte Bezeichnungen, so auch Blume, Rosenspitz oder Kaiserstück.

**Tatar** Ob wirklich die wilden Tataren Namensgeber dieser Fleischzubereitung waren, kann ich nicht sagen. Manche nennen es auch ganz unspektakulär Schabefleisch oder Beefsteakhack. Auf jeden Fall wird dafür rohes, fett- und sehnenfreies Rindfleisch durch den Fleischwolf getrieben. Eine homogene Hackfleischmasse entsteht, deren Fettgehalt höchstens sechs Prozent betragen darf. Hochwertiges Muskelfleisch, etwa Filet oder Schulter, sorgt für die hohe Qualität des Hacks.

Viele Genießer mögen es deshalb am liebsten auch gleich roh verspeisen, zusammen mit einem Eigelb, ein paar Zwiebeln oder Kapern. Seit dem 19. Jahrhundert begeistern sich die Deutschen schon dafür. Ich zaubere aus dem Tatar genauso gerne delikate Pasteten.

## ***Das kommt vom Kalb in die Wurst***

**Kalbfleisch** Das Fleisch von Mastkälbern punktet durch seine zarten, feinen Fasern. Je nach Haltung der Tiere verändert sich die Fleischfarbe: weiß bis blassrosa bei Stallmast, hellrot bei Haltung auf der Wiese. Der sehr niedrige Fettgehalt garantiert Ihnen hohe Verträglichkeit.

Garen Sie Kalbfleisch unbedingt schonend, damit das magere Fleisch nicht austrocknet. Unter Ihren Händen verwandelt es sich zu köstlichen Pasteten oder einem Rheinischen Leberwursttopf. Das fettarme Fleisch eignet sich auch hervorragend für Sülzwurst, weil deren Fettgehalt unter fünf Prozent liegen soll.

**Kalbsleber** Glänzt rötlich-braun, etwas heller als Rinderleber und dunkler als Schweineleber. Sie können sie küchenfertig beim Schlachter oder an der Fleischtheke von Supermärkten erstehen. Die zum Teil immensen Löcher in der Leber entstehen durch die Entfernung der Gallenwege und größeren Venen.

Der Gourmet schwärmt von kurz gebratener Kalbsleber, den Gesundheitsbewussten versorgt sie mit einer Extraportion Eisen. Uns ist sie natürlich in der Leberwurst am liebsten.

**Kalbsschulter** Wird auch Bug genannt und besteht eigentlich aus drei Teilen: dicke Schulter, Schaufelstück oder Mittelschulter und falsches Filet bzw. schmale Schulter. Der Fettgehalt von drei Prozent ist kaum erwähnenswert. Typisch ist die durchwachsene Struktur des Fleisches. Da dieser Körperteil naturgemäß viele Sehnen und Bindegewebe enthält, macht er sich als Bindung in Würsten besonders gut, zum Beispiel in meiner exklusiven Trüffelleberwurst.

**Kalbszunge** Die Zunge gehört neben Herz und Leber zum Innenleben eines Tieres und ist nicht jedermanns Sache. Aber wie Herz und Magen besteht sie vor allem aus Muskelgewebe, das unglaublich zart und von mildem Geschmack ist. Die Zungen von Rind, Kalb und Lamm gelten als besondere Leckerbissen. Die zarte Kalbszunge kann nach dem Kochen gehäutet werden und ist die passende Zutat für eine nicht alltägliche Zungenleberwurst.

**Kalbsnack** Der Nacken, oder auch Kalbshals, gehört zum vordersten Teilstück eines Mastkalbs. Kalbsnack wird am Stück oder in Scheiben geschnitten mit und ohne Knochen angeboten. Sehr saftiges Fleisch mit schöner Fettmarmorierung. Es ist zwar etwas teurer, aber dafür

gesund und über die Maßen fein. Die kurzfaserige Muskulatur mit wenig Bindegewebe und Sehnen macht es so wertvoll. In der Küche gilt der Kalbsnacken deshalb als idealer Bratenspender oder Gulaschstück. Und, hätten Sie's gewusst: Die fleischige, nicht allzu magere Faser verfeinert neben dem Schweinefleisch auch Wurstklassiker wie die Thüringer Rostbratwurst.



*«Während Rindfleisch den optimalen Reifezustand erst nach etwa 14 Tagen erreicht, muss Kalbfleisch nur zwei bis drei Tage abhängen.»*

## **Rund ums Schwein**

Schweinefleisch kostet wesentlich weniger als Rindfleisch. Deshalb kommt es bei Hobbyköchen besonders gut an. Aber auch, weil das Schwein zu den am längsten domestizierten Haustieren der menschlichen Zivilisationsgeschichte gehört, finden wir es irgendwie sympathisch. Hand aufs Herz: «Schweinereien» liegen uns einfach.

Im Laden finden Sie das Fleisch von schnell ausgemästeten jungen Schweinen. Frisch, geschmeidig – perfekt für leckere Grillwürste. Die große Menge Eiweiß bindet die Wurstmasse ideal. Außerdem können Sie bei einem Direktvermarkter einkaufen, zum Beispiel bei einem Landwirt Ihres

Vertrauens. Hier erhalten Sie bei Bedarf auch gleich ein halbes Schwein, fachmännisch zerlegt, etwa in Koteletts oder Filets. Diese frieren Sie portionsweise ein. In die Wurst kommen dagegen die Abschnitte, die beim Zuschneiden anfallen.



### ***Geschlechts- und Altersbezeichnung***

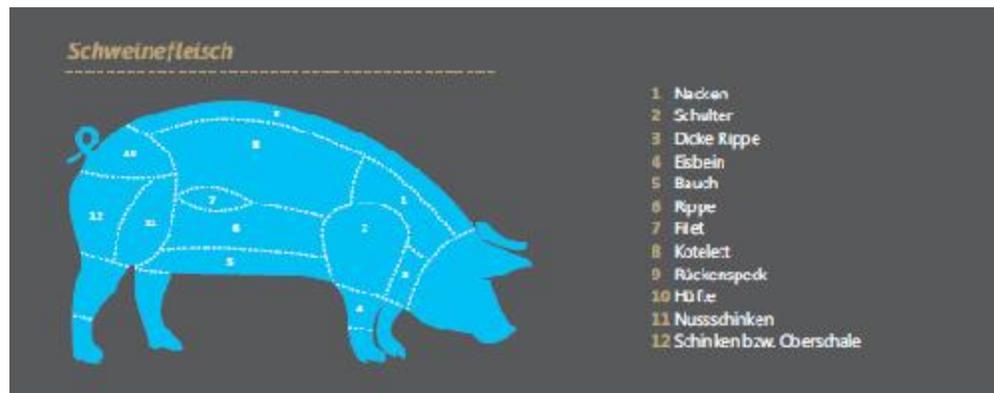
Einige der folgenden Bezeichnungen kennt kein Schwein. Aber Sie wollen ja noch etwas lernen. Los geht's: Sau, Bache oder Docke heißen die Muttertiere. Ferkel, Milchferkel und Spanferkel werden ihre Kleinen während der Säugezeit genannt. Der entwöhnte Nachwuchs wird zum Faselschwein oder Läufer.

Eber, Keiler und, aufgepasst, Bär sind die nichtverschnittenen männlichen Tiere. Die verschnittenen

männlichen Artgenossen tragen so seltsame Titel wie Borch oder gar Barsch. Der Binneneber ist unvollständig kastriert, während der Altschneider zwar die Zucht kennenlernte, im Alter aber kastriert wurde.

## Die häufigsten Arten

- Veredeltes Landschwein
- Weißes Edelschwein
- Schwäbisch-Hällisches Schwein
- Deutsches Cornwallschwein
- Deutsches Berkshireschwein
- Weideschwein
- Angler Sattelschwein



## Das kommt vom Schwein in die Wurst

**Schweinefleisch** Aus Schulter, Hals oder Brust zaubert der Altmeister Fleisch- und Rotwurst, aber auch Pastete und deftigen Saumagen.

**Schweinekamm** Wurstmachers Liebling für Leberwurst und Schwartenmagen.

**Schweineschulter** Das grobfaserige Muskelfleisch wird zu Sülzwurst, Pasteten und cremigen Brotaufstrichen