

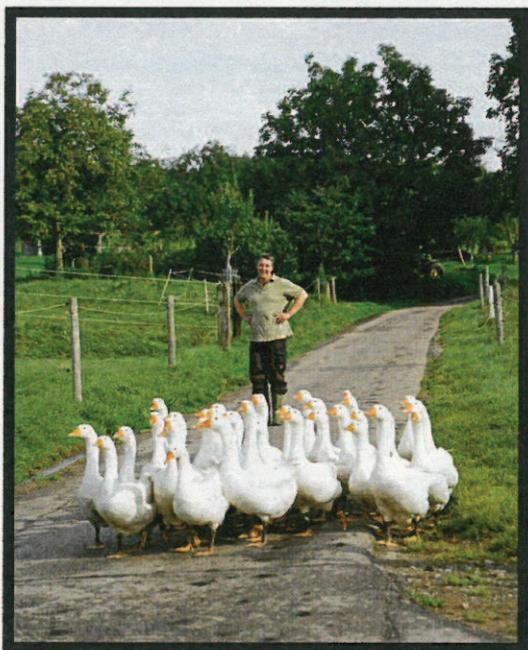


DER LANGE WEG ZUM GUTEN STEAK

Mit Milchrindern kann man Milch erzeugen.
Gutes Steakfleisch liefern sie nicht. Wer das sucht, braucht
andere Rinder. Eine kleine Fleischkunde.
Und ein Plädoyer

Text: Bert Gamerschlag; Fotos: Martin Wagenhan

Steakfleisch
soll vom
Fleischrind
sein – und
viele Wochen
abgehangen
130 **stern** 23.10.2014



Der Rimmelsbacher Hof hält auch Gänse, ein Betrieb im alten Stil

Es hat sich alles gedreht seit Ende des letzten Krieges. Als die Leute mager waren, war fettes Fleisch begehrt. Heute ist es andersrum. Jetzt herrscht eine Fettphobie

Ochsen liefern, irgendwelche Zauberassen züchteten. In ihrem Tierbestand ist ganz normales Simmentaler-Fleckvieh, wie es im Süddeutschen und in Österreich verbreitet ist.

Mit 30 Monaten leben sie auch nicht viel länger als ein Mastbulle, aber sie stehen nicht nur blöde um die Wette wachsend im Massenstall herum, dass einem der Bissen im Hals stecken bleibt. Am Ende wiegen sie weniger, haben aber dafür das bessere Fleisch. „Ihre Muskelfasern sind dünner und kürzer als beim rauflustigen Bullen“, erklärt Metzger Glasstetter. „Weil es den Färsen und Ochsen an den Geschlechtshormonen des Bullen fehlt, weil sie einfach gemütlicher sind, ist ihr intrazellulärer und intramuskulärer Fettanteil höher.“ Um über die Liebhaber seines Fleisches und das Fett in Selbigem zu sprechen, kippt er dann ins Badische: „Die wo's kapiert hänn, wollen's im Muskel“, sagt er, „die brauche kei Kräuderbudder.“

Jeder andere Landwirt, der sich auf die Haltung von Rindern versteht, könnte ebenso Färsen und Ochsen großziehen. Er muss nur Metzger finden, die das Fleisch zu ver-

arbeiten wissen – so wie die Metzger Verbraucher finden müssen, die es zubereiten.

Hier soll das Wort nun an Hermann Jakob gehen. Er, Lehrer an der Fleischerfachschule in Kulmbach, nimmt Meisterprüfungen ab. Die Schule kooperiert mit dem Max-Rubner-Institut, dem Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel. Im Fokus steht hier die Fleischforschung. Jakob weiß, wie wichtig es ist, dass die Kunden Qualitätsfleisch erkennen und auch kaufen. Daran hapert es noch, weiß er. Denn in Deutschland herrscht eine regelrechte Fettphobie. „Seit dem Ende des letzten Krieges hat sich alles gedreht“, sagt er. „Als die Leute mager waren, war fettes Fleisch begehrt. Heute ist es genau andersrum.“

Aus magerem Fleisch, erklärt Jakob, kann man aber kein gutes Steak braten. Intramuskuläres Fett dagegen, sagt er, würzt das Fleisch und hält es geschmeidig. Das Problem beim Milchvieh: Es entwickelt sein Fett nicht im Fleisch, sondern allenfalls drum herum, als Fettplatte außen am Muskelstrang, wo es nichts nützt. Manchen Käufer schrecke wohl die gewollte Fettmarmorierung von Fleischrindfleisch ab, ob der

Kalorien, die da womöglich mitgegessen würden. Eine Fehleinschätzung, sagt der Meisterprüfer. „Denn das Fett schmilzt ja beim Erhitzen durch Grillen oder Braten und bleibt großteils in der Pfanne. Die Spar- und Magersucht der Kunden“, beklagt er weiter, „verhindert, dass wir gutes Fleisch haben.“

Fett im Rindfleisch bewirkt noch etwas. Es ermöglicht, dass man das Fleisch besser abhängen kann. Steakfleisch muss abhängen, wenn es gut sein soll. Die feinen Teile des Muskels, die Myofibrillen, sind wie Stoßdämpfer gebaut, bei denen sich eng gefasste Hülsen flexibel in- und auseinanderschieben. Schieben sie sich durch einen Nervenimpuls ineinander, kontrahiert der Muskel, entspannen sie sich, gleiten sie auseinander. So bewegen wir uns.

Im Tod erstarren die Myofibrillen – das ist die Totenstarre, die beim Rind normalerweise nach 36 bis 40 Stunden nachlässt. Gewöhnliche Metzger legen das Rindfleisch bald nach Nachlassen der Totenstarre in die Auslage, etwa nach zehn Tagen. Nur wenige Metzger dagegen hängen das Fleisch bis zu sechs Wochen ab, kontrolliert bei ein Grad über null, 70 Prozent Luftfeuchtigkeit und konstantem Luftaustausch. Je mehr Zeit sie haben, desto gründlicher zermürben fleischeigene Enzyme die rigiden Muskelfasern, was ihnen beim zarten Färsen- und Ochsenfleisch besonders leichtfällt. Das Fleisch wird zarter. Es gewinnt an Geschmack.

Angewandte Chemie

Und noch ein Lehrstück: Mageres Fleisch schrumpft, weil die Wasserbestandteile durch die Zellwand entweichen. Fett verdunstet nicht. Darum schrumpft fettdurchsetztes Fleisch deutlich weniger.

Klar lässt auch Bernd Glasstetter sein Rindfleisch abhängen, er lässt es reifen. Wochenlang. Dann zerlegt er es (es schneidet sich wie Butter) und legt es in die Auslage. Aber bitte jetzt nicht bei ihm anrufen, denn die Menge seines Fleisches ist begrenzt. Rufen Sie lieber bei Ihrem eigenen Metzger an. Besser noch: Gehen Sie hin, nehmen Sie ihn in den Arm, und sagen Sie: „Mein Lieber, besorgen Sie mir doch bitte Fleischrindfleisch. Das von Färsen und von Ochsen. Für 19 Euro 95.“ ✖



Bert Gamerschlag kauft nur noch selten Rindfleisch. Wenn er gutes findet, kauft er größere Mengen, zerlegt und vakuumiert es und friert es ein.

Auf Bernd Glasstetters Steakfleisch stieß er bei einer Recherche für Schwarzwälder Schinken

Nicht das Fleisch von Milchrindern kaufen, sondern das von Fleischrindern suchen. Nicht das Fleisch aus der Bullenmast kaufen, sondern das von Färsen und Ochsen suchen

Oder Vater und Sohn Schulte in Mönchengladbach (www.gourmetfleisch.de), gleich um die Ecke von Heinsberg. Diese Firmen importieren Fleisch aus Amerika, aus Irland, ja selbst aus Japan. Sie schicken es uns nach Hause und beliefern die Restaurants. Und machen dabei einen irren Reibach. Aber es sei ihnen gegönnt, denn sie füllen eine Marktlücke.

Ihre Preise stehen im Internet. Sie bekommen so bei 50 Euro pro Kilo, japanisches Kobe-Rindfleisch – super zart und stark fettdurchzogen – kann pro Kilo aber auch mal 350 Euro kosten.

Liebe Leser: Es geht auch anders.

Des Metzgers Stolz

„Was haben Sie denn da?“ Madeleine Jakits blickt auf ein Handyfoto. Die Dame ist Chefredakteurin der Zeitschrift „Der Feinschmecker“. Das Foto zeigt ein rohes Steak, dick geschnitten und gut marmoriert, also von intramuskulärem Fett durchzogen.

LÄSTIG SEIN!

Meiden Sie die Fleischtheke des Supermarkts. Gehen Sie zum Metzger. Sagen Sie, dass Sie sein treuer Kunde werden wollen. Und dann nerven Sie ihn. Stellen Sie Fragen wie: „Von welchem Tier stammt Ihr Fleisch?“ Er wird sagen: „Na, von einem Rind halt.“ Bohren Sie nach: „Von welcher Rasse stammt es?“ Er wird es vielleicht gar nicht wissen. Fragen Sie: „Haben Sie auch Färsenfleisch? Oder Ochsenfleisch?“ Der Metzger wird Ihnen weismachen wollen, derlei sei nicht zu bekommen, zu teuer, nicht mehr erlaubt... Entgegen Sie: „Können Sie marmoriertes Fleisch besorgen?“ Der Metzger wird behaupten,

„Das sieht aus wie aus Japan. Sehr schönes Fleisch. Woher?“ – „Nord-schwarzwald.“ – „Acht! Und kostet?“ – „Das Kilo 19 Euro 95.“ Frau Jakits hat schon viel gesehen. Aber das nun wieder nicht. Bernd Glasstetter heißt, der Lieferant dieses verblüffenden Fleisches. Er ist kein ungewöhnlicher Mann. Er sitzt in Völkersbach, 30 Autominuten südlich von Karlsruhe, in schlichter Metzgers- und alles, was er macht, könnte von Färsen bis Füssen und von Aachen bis Görzitz auch jeder andere Metzgermeister ähnlich leisten. Was sie aber leider noch so selten tun (und wenn doch, dann im Verborgenen. Bitte melden Sie sich bei garneschlag.bernt@stern.de). Dort können Sie auch Ihre Hassmailis abladen.

Was macht nun dieser Glasstetter? Er strengt sich an. Er denkt und plant. Er kauft seine Rinder nicht beim nächstbesten Schlachthof, sondern kooperiert mit Landwirten, die ihm gezielt das Fleisch von Fleischrindern liefern, in Gestalt von Fär-

möglich... Kaufen Sie ihm sein Milchrind-Steak ab, lehnen Sie nach einer Woche zurück, und befragen Sie von Ihren Erfahrungen. Beginnen Sie die Befragung aufs Neue. Der Metzger ist kein schlechter Mensch. Er ist nur verzweifelt, weil er im Preiskampf mit den Supermärkten steht. Tief drinnen weiß er: Bessere Qualität ist möglich. Ihre Fragen werden in ihm arbeiten. So klopfen Sie ihn weich. Zermürben Sie sein verhärtetes Inneres. Seien Sie das Enzym, das seine Berufselbststarre beendet. Es dauert, aber Sie werden gewinnen – und zwar beide, der Metzger und Sie!

sen, geschlechtsreifen weiblichen Rindern also, die noch kein Kalb geboren haben, und Ochsen. Deren Fleisch ist zart. Und dafür zahlt Glasstetter faire Preise.

Der Meister erweckt auch sonst den Eindruck, er mache alles richtig. Jedenfalls ist sein Fleisch sensationell und hält mühelos mit allem mit, was teuer und CO₂-intensiv aus Übersee herangeschippert wird. Ein Landwirt ist auch ein Geschäftsmann. Es ist ihm ziemlich gleich, ob er Milch- oder Fleischrinder züchtet, solange er einen guten Schnitt macht. Ein Blick in unsere Supermärkte zeigt aber, wo Rinderbauer Bartel gemeinhin seinen Most her holt. Die Milchwarenabteilung ist stets riesig und bietet viele Waren verschiedener Anbieter. Der Verbraucher hat eine große Auswahl.

Die Supermarktfleischtheke hingegen ist meist nicht groß und bietet viel Wurst und Schwein. Rindfleisch gibt es wenig. Steak ist zwar fast immer dabei, aber fast immer nur eines. Rumpsteak. Allenfalls noch das Filet. Das war's.

Ein Blick in die Natur zeigt, wie die Säugetiere gemeinhin Milch trinken. Sie trinken sie in der Wachstumsphase. Ist sie vorbei, schwenkt der Säuger, was das Getränk angeht, auf Wasser um. In Deutschland tun wir das nicht. Wir trinken immer weiter Milch, als wollen wir ewig wachsen. Tun wir auch. In die Breite. Um es einmal polemisch zusammenzufassen: Unter den Käufern und Verbrauchern der Milchprodukte sind mehr Frauen als Männer, und obwohl sie ihr Leben lang von früh bis spät immer fettreduzierte Milchprodukte konsumieren („Na, für das Kalzium!“), haben sie im Alter immer noch Angst vor Osteoporose und schlucken endlos Kalktabletten. Milchprodukte sind ein Riesengeschäft. Aber keiner braucht sie in dieser Breite wirklich. Die Kehrseite dieses Geschäfts ist das Bullenfleisch, das auf unseren Tellern landet.

Es ist nun nicht so, dass die Landwirte, die Bernd Glasstetter ihre Färsen und

Metzger
Glasstetter
mit seinen
Paradestücken:
sattsam
marmorierte
Ochsen-
korelets



Immer wieder üben wir uns in der Kunst des Steakbratens. Und wundern uns, dass das Fleisch so fade schmeckt. Warum? Weil wir gewissermaßen versuchen, mit Milchtanklastern Formel-1-Rennen zu fahren

Ein Abend im Steakhaus, bei Mareo. Was sagt die Karte? „Irisches Filetsteak 180 g und einen Salat vom Büfett zum selber Auswählen. Für nur 17,90 Euro.“ Bestellt, verputzt, für gut befunden.

Vorige Woche bei Block House. Was hatten die zu bieten? Das Fleisch von „Angus- und Hereford-Rindern ... autark, artgerecht und ohne Zusatzfutter in ihrer natürlichen Umgebung gewachsen.“ Das „Hereford Rib Eye aus dem Zwischenrippenstück, 250 g, gut marmoriert mit kleinem Fettagge, deshalb so saftig und zart“ für 19,20 Euro. Bestellt, verputzt, für gut befunden.

Irland, Hereford, Angus ... Die Existenz der Steakhausketten in Deutschland samt ihrem Fleischangebot – was sagt uns das? Warum wimmelt es bei uns von Läden, die nordamerikanisches, südamerikanisches oder irisches Fleisch auf den Grill haufen? Vielleicht, weil man deutsches Steakfleisch eigentlich nicht essen kann? Warum sind die Kettenläden mit dem Importfleisch stets auch noch so rammeldicke voll? Vielleicht, weil die Steaks dort ganz anständig sind?

Mit deutschem Rindfleisch verhält es sich nämlich so: Von 127 Millionen Rindern in Deutschland sind 1,4 Millionen Fleischer (Stand November 2013). Das ist nicht viel, das sind rund zehn Prozent. Der weitest aus größte Teil unserer Rinder sind dagegen Tiere von Milchrassen, gemeinhin Friesen, Holsteiner oder Schwarzbunte genannt.

Deutschland ist ein Milchland. Kühe müssen immerzu neu gedeckt werden und kalben, sonst geben sie keine Milch, jedes zweite Kalb ist aber ein Bulle. Weil die Bullen männlich sind, haben sie ein Problem. Es gibt da nichts zu melken. Als Milchrind haben sie damit von Geburt aus quasi schon versagt.

In der Geflügelindustrie würde das „Problem“ ganz einfach geschreddert. Da kennt man nichts. Für derartige Barbarei sind

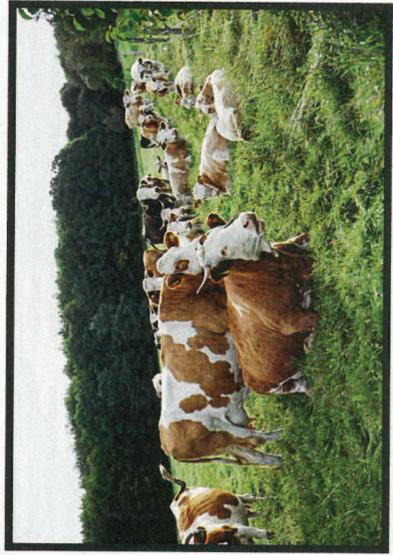
Kälber aber dann doch zu groß. Die Tierkörperverwertung? Auch keine Lösung – zu teuer, rechnet kühl die Industrie. Was also tun mit den Bullenkälbern? Ab in die Bullenmast damit, wo sie binnen 24 Monaten auf ein Lebendgewicht von bis zu 750 Kilo gendelt werden. Und dann? Werden sie beim deutschen Verbraucher entsorgt, der diese ganze Katastrophe durch sein Kaufverhalten fördert. Groß sind sie ja, die fertigen Milchbullen, zart sind sie aber nicht. Wir nehmen sie trotzdem ab. Entsorgung durch Malmen. Wir sind quasi zu Gast bei der Milchwirtschaft.

Milchrinder – der Name sagt es – sind jedoch zum Melken da und nicht zum Essen. Die Zucht der Milchrindrassen ist seit Jahrzehnten darauf angelegt, die Leistung der weiblichen Tiere ständig zu steigern. In den 50er Jahren gab eine Kuh 2500 Kilo Milch pro Jahr (das wird so gerechnet), heute sind es bis zu 10 000. Die Fleischqualität liegt bei den Zuchtanstrengungen an zweiter Stelle, rein numerisch. Eigentlich spielt sie keine Rolle.

Nun zu einem Phänomen, das seltsam quer liegt zum deutschen Rindfleischangebot. Der Verbraucher, besonders in seiner männlichen Erscheinungsform, liebt Steak, Rindersteak. Es brät sich schnell, es ist billig und mager, drei Eigenschaften, die uns, dem Volk der Aldi-tisten und Lidl-tianer, sehr entgegenkommen.

Immer wieder aufs Neue, oft mehrmals die Woche, üben wir uns in der Kunst des Steakbratens. Und wundern uns dann bei Tisch, dass das Fleisch am Ende so trocken ist und fade schmeckt. Im Grunde versuchen wir, mit Milchtanklastern Formel-1-Rennen zu fahren. Und merken es nicht. Dieses Rennen kann man nicht gewinnen. Am Ende muss dann wahlweise das fette oder das scharfe Boxenluder ran: die Kräuterbutter und die Steaksauce – nach irgend-etwas muss das Fleisch ja schmecken.

Und aus diesem Grunde – quasi zur Erholung – gibt es die Steakhäuser mit ihrem Übersee-Angebot. Aus diesem Grund auch gibt es Anbieter wie die Otto-Brüder in Heinsberg (www.otto-gourmet.de). ▶



Die Rasse vom Rimmelsbacher Hof heißt Simmentaler Fleckvieh

„Seine“ sind es nicht, aber sie sind für Bernd Glasstetter reserviert, er weiß, wie sie gehalten werden und was sie fressen. Und er schaut er persönlich nach dem Rechten