

Name:

Klasse:

Datum:

Fach:

SBS

STAATLICHES BERUFLICHES
SCHULZENTRUM
ROTHENBURG | DRIVELSBÜHL

Thema 3: Fleischqualität – Erkennen mit einem Blick

Einige (Qualitäts-)merkmale von Fleisch kann man leicht selbst erkennen.

Beim Blick in die Theke fällt als erstes die **Farbe** ins Auge. Sie ist abhängig von der Art des Fleisches, aber auch vom Alter der Tiere – je älter das Tier, desto dunkler das Fleisch.

Auf den zweiten Blick fällt die **Struktur** des Fleisches, die Faser, auf. Fleisch von jüngeren Tieren ist prinzipiell feinfasriger.

Die **Marmorierung** ergibt sich durch dünne Fetteinlagerungen, die den Muskel durchziehen (vgl. Bild). Eine deutliche Marmorierung bedeutet einen höheren Fettgehalt, aber in der Regel auch geschmackvolleres Fleisch. Ein gut marmoriertes Rindersteak z. B. bleibt bei der Zubereitung zart und saftig.

Ebenfalls mit dem Auge zu erkennen ist das **Safthaltevermögen**. Beim Einkauf sollte der Anschnitt trocken sein. Fleisch, das schon in der Theke im eigenen Saft liegt, wird auch in der Pfanne ein schlechtes Safthaltevermögen zeigen. Bei der Zubereitung wird es zäh und trocken. (Vergleiche auch Thema „Fleischfehler“)

Die Qualität hängt unter anderem von Alter und Geschlecht ab. Andere beeinflussende Faktoren sind die Fütterung, die Haltung, die Züchtung und der Rasse des Tieres ab.

Ein ebenfalls entscheidender Faktor ist:

Der Reifegrad

Die Konsistenz, Verdaulichkeit und Bekömmlichkeit von Fleisch hängt vom Reifezustand ab. Fleisch muss vor der Zubereitung reifen, damit es beim Garen zart wird und saftig bleibt. Beim Reifeprozess wird das in den Muskeln gespeicherte Glykogen¹ zu Milchsäure abgebaut. Dann können sich eiweißlösende Enzyme entwickeln, die eine Strukturveränderung des Muskel- und Bindegewebeiseiweißes bewirken.

(Vergleiche auch Infoblatt „Vorgänge im Muskel nach der Schlachtung“)



Marmorierung



¹ energiereiches, besonders in den Muskeln und in der Leber gespeichertes, oft auch als tierische Stärke bezeichnetes Kohlehydrat.

Das **Glykogen** kann nur von der Leber und Muskulatur des Tieres und Menschen gebildet werden. Es bildet im Körper einen kleinen "Energiespeicher", der bei kurzen, schnellen Anstrengungen oder im Hungerzustand in Anspruch genommen wird. Das im Körper gespeicherte Fett (Depotfett) wird erst abgebaut, wenn der Glykogenvorrat verbraucht ist.

