

PRAXISTIPPS

Tipps für den Einkauf und die Zubereitung von Rindfleisch mit „Geprüfter Qualität – Bayern“

Für unser Genießer-Rezept haben wir die Hohe Rippe aufgrund ihrer vielseitigen Verwendung (schmoren, braten und grillen) ausgewählt. Das durchwachsene Fleisch wird sehr saftig.

- ♦ Für den Einkauf berechnet man pro Person etwa 180–200g Fleisch (ohne Knochen), mit Knochen 200–250g. Wenn die Möglichkeit besteht, bietet es sich an, die doppelte Menge einzukalkulieren und die Portionen nach dem Zubereiten einzufrieren.
- ♦ Achten Sie beim Einkauf auf das „Geprüfte Qualität – Bayern“-Zeichen. Das Programm garantiert Ihnen Fleisch von Tieren die in Bayern geboren und gut gehalten wurden. Die kurzen Transportwege und Ruhepausen der Tiere vor der Schlachtung bieten die Voraussetzung für hohe Fleischqualität. Bestes Futter garantiert außerdem ein aromatisches Fleisch.

Wann weiß ich, dass das Fleisch roh, medium oder durch ist?

Beim Braten und Schmorbraten ist die Prüfung einfach. Mit dem Rücken der Gabel lässt es sich mühelos feststellen (nicht einstechen). Solange der Braten beim Andrücken leicht nachgibt, ist er innen noch roh, gibt er leicht federnd nach, ist er innen rosa und wenn er sich fest anfühlt, ist er durchgegart. Ganz einfach geht es mit einem Bratenthermometer auf dem die Garstufen der verschiedenen Fleischsorten abgelesen werden können.

Wie schneidet man Fleisch richtig?

Fleisch wird immer gegen den Faserverlauf geschnitten, so lassen sich schöne Scheiben abschneiden. Deshalb ist beim Einkauf auf einen guten Zuschnitt zu achten.



Weitere Informationen erhalten Sie unter:

www.gq-bayern.de

Bayerisches Staatsministerium für
Ernährung, Landwirtschaft und Forsten



www.alp.bayern.de

IMPRESSUM

Herausgeber: Bayerisches Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, Ludwigstr. 2, 80539 München, info@stmelf.bayern.de, www.stmelf.bayern.de, www.landwirtschaft.bayern.de • Nr. 1256, Stand Mai 2019 • Redaktion: alp Bayern, Agentur für Lebensmittel – Produkte aus Bayern • Gestaltung: CUBE Werbeagentur GmbH, München • Bildnachweis: StMELF (1), Die Hauswirtschafterei (1), Fotolia (2) • Druck: Druck + Verlag Ernst Vögel GmbH, Stamsried • Gedruckt auf Papier aus nachhaltiger, zertifizierter Waldbewirtschaftung

Hinweis

Diese Druckschrift wird kostenlos im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von den Parteien noch von Wahlwerbenden oder Wahlhelfern im Zeitraum von 5 Monaten vor einer Wahl zum Zweck der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zweck der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.



BAYERN | DIREKT ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung. Unter Telefon 089 12 22 20 oder per E-Mail an direkt@bayern.de erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.

RINDFLEISCH

Direkt aus der Region



www.gq-bayern.de

„GEPRÜFTE QUALITÄT – BAYERN“ FÜR RINDFLEISCH

Legen Sie bei Rindfleisch Wert auf Qualität und Geschmack? Wollen sie wissen woher Ihr Rindfleisch kommt? Dann achten Sie auf **das staatlich verliehene Qualitäts- und Herkunftszeichen** „Geprüfte Qualität – Bayern“!



GUT ZU WISSEN,
WAS AUF DEN
TISCH KOMMT ...

DIESES ZEICHEN STEHT FÜR:

HERKUNFT VON BAYERISCHEN ERZEUGERN

- ◆ Geburt, Aufzucht, Mast und Schlachtung der Tiere in Bayern
- ◆ Lückenloser Herkunftsnachweis von der Geburt bis zum Verkauf an der Theke

MEHR SICHERHEIT DURCH DAS DREISTUFIGE KONTROLLSYSTEM

- ◆ Dokumentierte Eigenkontrollen auf allen Produktionsebenen
- ◆ Betriebskontrollen durch zugelassene externe Prüfeinrichtungen
- ◆ Staatliche Systemkontrolle sichert die Unabhängigkeit des Programmes



MEHR TRANSPARENZ

- ◆ Aufzeichnungspflicht und Kontrolle von landwirtschaftlichen Betrieben, Schlachtbetrieben und dem Lebensmitteleinzelhandel
- ◆ Qualitätsgesicherte Futtermittel
- ◆ Eindeutige Kennzeichnung der Ware aus dem Programm „Geprüfte Qualität – Bayern“
- ◆ Stufenübergreifende Rückverfolgbarkeit

KURZE WEGE UND MEHR QUALITÄT

- ◆ Aufgrund der Regionalität kurze Transportzeiten der Tiere unter 4 Stunden
- ◆ Optimale Fleischqualität: Farbe, Faserstruktur, Marmorierung, Geruch
- ◆ Verwendung qualitätsgesicherter Futtermittel



HOHE RIPPE MIT GEMÜSE

(FÜR 4 PERSONEN)

Zutaten:

- ◆ 1 kg Hohe Rippe
- ◆ 2 EL Rapsöl
- ◆ 1 Zwiebel
- ◆ Salz, Pfeffer
- ◆ 600ml Gemüsebrühe
- ◆ 600g kleine, festkochende Kartoffeln
- ◆ 300g Brokkoli
- ◆ 250g Cocktailtomaten
- ◆ Zum Binden: 1–2 EL Mehl und 1 EL Butter

Zubereitung:

- ◆ Das Fleisch im heißen Öl rundum kräftig anbraten. Von der Zwiebel nur die erste braune Schale und die Wurzeln entfernen. Die Zwiebel halbieren und mitbraten. Das Fleisch würzen, mit der Brühe aufgießen und zugedeckt ca. 90 Min. schmoren lassen.
- ◆ Die Kartoffeln gründlich waschen, bei Bedarf halbieren und 25 Min. vor Ende der Garzeit zum Fleisch geben.
- ◆ Den Brokkoli waschen, putzen und in Röschen teilen. 15 Min. vor Ende der Garzeit ebenfalls zufügen. Bei Bedarf etwas Brühe nachgießen.
- ◆ Die Tomaten waschen und 5 Min. vor Ende der Garzeit kurz mitschmoren.
- ◆ Das Fleisch mit dem Gemüse anrichten und warm halten. Das Mehl mit der kalten Butter verkneten und die Soße damit binden, würzen und mit dem Fleisch servieren.