

WIR
WÜNSCHEN EIN
KÖSTLICHES
JAHR!

Als Dankeschön für Ihre Treue schenken wir Fleischfachleute Ihnen fürs neue Jahr einen Kalender voller feiner Rezepte. Es sind dies Kreationen von Bernard und Guy Ravet vom Gourmet-Restaurant Ermitage des Ravet in Vufflens-le-Château, oberhalb von Morges. Lassen Sie sich inspirieren!

Den Metzgerkalender gibt's in vielen Schweizer Fleischfachgeschäften, solange der Vorrat reicht.



Dezember 2016

en Guete

KOCHEN FÜR ANGEBER

Mit diesen Rezepten beeindrucken Sie Ihre Gäste



Q+ Ihr Schweizer Fleischfachgeschäft. Ausgezeichnet für Fleisch und mehr.



Der feine Unterschied.

f «Schweizer Fleisch»
neu auch auf Facebook.

Schweiz. Natürlich.



IMPRESSUM | Herausgeber und Redaktion: Proviande, «Schweizer Fleisch», Bern, www.schweizerfleisch.ch | Schweizer Fleisch-Fachverband SFF, Zürich, www.carnasuisse.ch | **Rezepte und Foodstyling:** Christian Spletstösser, Zürich, www.dersplett.com
Fotos: Jules Moser, Bern, www.jules-moser.ch | **Konzept, Gestaltung und Text:** Polyconsult AG, Bern, www.polyconsult.ch
Anregungen und Wünsche bitte an: Redaktion «en Guete», Proviande «Schweizer Fleisch», Postfach, 3001 Bern

Festlich servieren
Profi-Tipps fürs Anrichten
und Dekorieren **Seite 4**

Der feine Unterschied
«Schweizer Fleisch»
hat eine neue Kampagne **Seite 8**



DIE EINFACHSTE ART,
IHRE GÄSTE ZU BEEINDRUCKEN:

DAS PERFEKTE

Entrecôte



«SCHWEIZER FLEISCH ACADEMY» –
DIE APP FÜR DIE RICHTIGE FLEISCHZUBEREITUNG.
Jetzt gratis runterladen!



Der feine Unterschied.

Schweiz. Natürlich.



«Regionalität hat bei uns Tradition!»

Liebe Leserin, lieber Leser

Mein Grossvater gründete 1950 unsere Metzgerei. Seither hat sich viel verändert, aber vieles ist auch gleich geblieben: Damals wie heute arbeitet unser Betrieb zum Beispiel eng mit den Bauern aus der Region zusammen. Und so entstand eine vertrauensvolle und erfolgreiche Zusammenarbeit.

Davon profitieren auch Sie. Denn Schweizer Fleisch stammt von Tieren, die artgerecht gehalten und gefüttert werden. Und das schmeckt man!

Ein schönes Weihnachtsfest und *«en Guete!»*

Durch dieses «en Guete» begleitet Sie

Thomas Peterhans
Fleischfachmann aus Niederwil AG

Thomas Peterhans führt die «Reussthal Metzgerei» mit eigener Schlachterei und Wursterei schon in der dritten Generation.

Sein Weihnachtsfavorit

Das Gourmet-Fondue: Das Fleisch wird nicht in dünne Scheiben, sondern in Würfel geschnitten. «Die Fleischqualität ist besser und das Fleisch länger haltbar. Es bleibt zarter und trocknet beim Garen nicht aus. Zudem kann jeder Gast die Garstufen nach Belieben variieren», erklärt der Profi. Probieren Sie's aus!



Beeindrucken Sie Ihre Gäste:

ANRICHTEN WIE DIE PROFIS!

Dieses Jahr an Weihnachten werden Ihre Gäste Augen machen, wenn Ihr Festtagsmenü nicht nur spitzenmässig schmeckt, sondern auch aussieht wie vom Spitzenkoch. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihre Teller im Handumdrehen in ein kulinarisches Meisterwerk verwandeln. Viel Spass beim Ausprobieren!

Ein paar allgemeine Tipps

- **Schlichtes Geschirr:** Der Teller ist Ihre Leinwand, deshalb sollte er in der Farbe und auch in der Form eher schlicht sein.
- **Halte vor dem Rand:** Der Tellerrand gehört dem Gast und sollte nicht dekoriert werden.
- **Keine Verschwendung:** Dekorieren Sie Ihre Teller mit essbaren Produkten, z.B. mit Nüssen, Gemüsewürfelchen, Kräutern oder essbaren Blüten.

FÜR HOCHSTAPLER



Wer sagt denn, dass Fleisch und Beilagen nur nebeneinander auf dem Teller liegen können? Wagen Sie sich hoch hinaus und richten Sie Ihren Teller in die Höhe an. Gerade Filets lassen sich ausgezeichnet auf ein Risotto- oder Polenta-Bett legen und mit Gemüse dekorieren.

FÜR SCHAUMSCHLÄGER



Wenn Sie kurz vor dem Servieren etwas Butter in Ihre Sauce geben und diese mit dem Pürierstab aufschlagen, entsteht ein schöner Schaum, den Sie effektiv auf dem Teller verteilen können. Auch verschiedenfarbige Saucen, Meringuehäubchen oder – wer es wagt – Espumas* machen bei den Gästen grossen Eindruck!

FÜR STRASSENBAUER



Die verschiedenen Komponenten Ihres Gerichts müssen nicht immer klar getrennt sein. In der Gastronomie werden häufig sogenannte Strassen gebaut, bei denen Fleisch und Beilagen gemischt und lang gezogen auf dem Teller angeordnet werden.

* Zubereitungsmethode, bei der eine flüssige Speise im Schaumbläser aufgeschäumt wird.

FÜR SEPARATISTEN

Sie haben ein besonders edles Fleischstück vorgesehen? Dann setzen Sie es auch entsprechend in Szene und widmen Sie ihm einen ganzen Teller. Die Beilage servieren Sie separat, z.B. in einer kleinen Gratinform, in der Minicocotte, im Weckglas oder vielleicht sogar im Knusperkorbchen.



Entrecôte double mit Kräuter-Meringuehaube

für 4 Personen

Zutaten

2	Entrecôtes doubles vom Schweizer Rind à ca. 400 g
1 EL	Bratbutter
1 dl	trockener Rotwein
3 dl	Rindsfond aus dem Glas
2 EL	dunkles Kakaoapulver, ungesüsst
1–2 Msp.	Chiliflocken
30 g	Butter
	Meersalz
2	frische Eiweiss
1 Prise	Salz
2 EL	Zucker
½ Bund	Thymian

Zubereitung

1 | Bratbutter in einer Pfanne bei starker Hitze schmelzen. Entrecôtes auf jeder Seite 1 Min. scharf anbraten. Hitze reduzieren und das Fleisch 8–10 Min. weiterbraten, gelegentlich wenden. In Alufolie wickeln und im Ofen bei 60 °C ruhen lassen.

2 | Währendessen Bratensatz in der Pfanne mit Rotwein ablöschen, mit Rindsfond auffüllen und bei starker Hitze auf ⅓ einkochen. Kakao mit dem Schneebesen einrühren, bis er sich aufgelöst hat. Chili und Butter einrühren, die Sauce bei kleiner Hitze warm halten und evtl. salzen.

3 | Das Eiweiss für die Meringue mit etwas Salz schaumig schlagen. Zucker langsam unterrühren unditerrühren, bis er sich ganz aufgelöst hat und die Masse schön glänzt. Thymian abzupfen und vorsichtig unterheben.

4 | Entrecôtes aus dem Ofen nehmen, halbieren, auf die vorgewärmten Teller geben und leicht salzen. Meringuemasse daraufgeben und mit einem Crème-brûlée-Brenner leicht karamellisieren. Die Schokoladensauce um das Fleisch verteilen und sofort servieren.

Dazu passen Kartoffelschnee und Rosenkohl.

 **Zubereiten**
ca. 45 Minuten

 **Nährwerte**
1 Portion enthält ca.:
428 kcal | 49 g Eiweiss
6 g Kohlenhydrate | 20 g Fett
(ohne Kartoffelschnee und Rosenkohl)

TIPP ZUM HÄUBCHEN

Die Meringuemasse wird besonders cremig, wenn Sie das Eiweiss kalt aufschlagen. Mit dem Brenner vorsichtig über die Meringuemasse fahren, damit sie nicht verbrennt, sondern nur leicht karamellisiert.



SCHWEIZER FLEISCH MACHT DEN FEINEN UNTERSCHIED

Die Fleischproduktion in der Schweiz ist nachhaltiger als im Ausland. Dies verdanken wir strengen Gesetzen und Vorschriften zum Tierwohl, aber auch der ausgezeichneten Arbeit unserer Fleischproduzenten – und nicht zuletzt auch den natürlichen Gegebenheiten in der Schweiz. Über all diese Vorteile und Unterschiede informiert «Schweizer Fleisch» in einer neuen Kampagne mit dem Claim «Der feine Unterschied».

Sei es im Bereich des Tierwohls, bei den Futtermitteln oder bei der Nutzung der natürlichen Ressourcen – Schweizer Fleisch ist nachhaltiger als importiertes, und damit auch seinen Preis wert.

Entdecken Sie einige Fakten, die für Fleisch aus der Schweiz sprechen und die den feinen Unterschied ausmachen:

Fakt 1

REGEN BRINGT SEGEN.

Weltweit verbraucht die Landwirtschaft 70% des Frischwassers. Dank der grossen Niederschlagsmengen hierzulande verbraucht die Schweizer Landwirtschaft knapp 2% des Wassers – und die Nutztierhaltung nur einen Teil davon.

Fakt 2

SWISS MADE.

Ganze 85% des gesamten Futters für unsere Nutztiere produzieren wir selbst. Damit es unseren Nutztieren gut geht, bekommen sie artgerechtes Futter – und insbesondere die Wiederkäuer viel Gras und Heu.

Fakt 3

WIR SETZEN UNSERE NUTZTIERE REGELMÄSSIG VOR DIE TÜR.

«Regelmässiger AUSlauf im Freien» ist ein freiwilliges Programm zur Förderung des Tierwohls. RAUS schreibt zum Beispiel vor, dass Mastrinder dauernd Zugang zum Freien haben müssen. Ganze 73,9% der Schweizer Nutztiere profitieren von RAUS.

Mille-feuille

vom rosa gebratenen Rindsteilet

für 4 Personen

Zutaten

800 g	Schweizer Rindsteilet, Mittelsteüt
1 EL	Bratbutter
600 g	Knollensellerie, möglichst kleine Knollen
2	Äpfel
30 g	Butter
	Salz
	Pfeffer aus der Mühle
	Muskatnuss, frisch gerieben
3 EL	Zucker
30 g	Baumnußkerne, grob gehackt

Zubereitung

1 | Backofen mit einer feuerfesten Form auf 80 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Bratbutter in einer Pfanne bei starker Hitze schmelzen und das Filet darin 2–3 Min. rundum anbraten. Das Fleisch in die vorgewärmte Form geben und im Backofen ca. 90 Min. garen.

2 | Ca. 40 Min. vor Ende der Garzeit Sellerie und Äpfel schälen. Äpfel mit einem Ausstecher entkernen und alles in sehr dünne Scheiben schneiden.

3 | Die Selleriescheiben in kochendem Salzwasser 3–4 Min. blanchieren, abgiessen und beiseitestellen. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Apfelscheiben bei milder Hitze goldgelb braten. Sellerie zugeben, mit Salz, Pfeffer und einem Hauch Muskat würzen und warm halten.

4 | Zucker mit 1–2 Esslöffeln Wasser in einer kleinen Pfanne aufkochen. Bei mittlerer Hitze einkochen, bis das Wasser verkocht ist und der Zucker karamellisiert. Mit einem Holzlöffel langsam rühren, bis der Karamell eine goldene Farbe annimmt. Bei sehr geringer Hitze warm halten.

5 | Rindsteilet nach Garzeitende in fingerdicke Scheiben schneiden und mit den Sellerie- und Apfelscheiben portionsweise auf die vorgewärmten Teller stapeln. Baumnuße darüberstreuen und mit Salz und Pfeffer würzen.

6 | Den lauwarmen Karamell mit zwei Gabeln in Fäden über die angerichteten Teller geben und sofort servieren.

Dazu passen in Butter geschwenkter Romanesco und feine Teigwaren.



Zubereiten

ca. 35 Minuten

Braten im Ofen

ca. 90 Minuten



Nährwerte

1 Portion enthält ca.:
476 kcal | 47 g Eiweiss
21 g Kohlenhydrate | 20 g Fett
(ohne Romanesco und Teigwaren)



TIPP ZUM KARAMELL

Bei den Karamelfäden sind Geschick und Geduld gefragt: Vor allem die Temperatur des Karamells ist entscheidend. Er sollte zäh fließend sein, wie Honig. Ist der Karamell zu fest, einfach wieder etwas erwärmen. Ist er zu flüssig, geduldig warten.

Schweinsfilet mit Lauch zum Zopf gebunden

für 4 Personen

Zutaten

- 2 Filets vom Schweizer Schwein à ca. 400 g
- 2 kleine Stangen Lauch
- Salz
- Zahnstocher und etwas Küchengarn
- 1 EL Olivenöl
- 8–10 Wacholderbeeren
- 40 g Butter
- Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

- 1 | Backofen auf 160 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Schweinsfilets der Länge nach in je drei gleichmässige Stränge schneiden.
- 2 | Den Lauch längs halbieren, waschen und in gesalzenem Wasser 3–4 Min. blanchieren. Dann kalt abspülen, auseinanderzupfen und jeden Filetstrang mit Lauch belegen. Aus je drei Strängen einen gleichmässigen Zopf flechten. Die Enden mit Zahnstochern und Küchengarn fixieren.
- 3 | Das Öl in einem kleinen Bräter auf mittlerer Stufe erhitzen und die Filetzöpfe darin von beiden Seiten 2–3 Min. anbraten. Wacholder grob zerdrücken, mit der Butter auf die Zöpfe verteilen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- 4 | Die Filetzöpfe im Ofen 35–40 Min. garen. Gelegentlich mit Wacholderbutter beträufeln.
- 5 | Die Zöpfe aus dem Ofen nehmen, halbieren und mit der Wacholderbutter auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Dazu passen Selleriepüree, Bratkartoffeln mit Speckwürfeln und Peterli.



Zubereiten

ca. 20 Minuten

Braten im Ofen

ca. 40 Minuten



Nährwerte

1 Portion enthält ca.:
381 kcal | 46 g Eiweiss
3 g Kohlenhydrate | 19 g Fett
(ohne Selleriepüree
und Bratkartoffeln)

TIPP ZUM ZOPF

Der Lauch sollte möglichst weich sein, dann wird das Flechten einfacher. Die Enden mit je zwei Zahnstochern über Kreuz durchstechen und mit Küchengarn verschnüren.



Kalbsfiletmedaillon in Pergament gegart

für 4 Personen

Zutaten

- 600 g Schweizer Kalbsfilet, vom Fleischfachmann in 4 x 3 cm dicke Medaillons schneiden lassen
- 1 Granatapfel
- 2 kleine Zimtstangen (Ceylon-Zimt)
- 1 EL Bratbutter
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 40 g Butter
- Backpapier und Küchengarn

Zubereitung

1 | Backofen auf 200 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Granatapfel am Blütenansatz kreuzweise etwas einschneiden und vorsichtig aufbrechen. Die Kerne herauslösen und beiseitestellen. Zimtstangen leicht zwischen den Fingern zerreiben.

2 | Bratbutter in einer schweren Pfanne auf hoher Stufe erhitzen. Kalbsfiletmedaillons darin auf beiden Seiten ca. 1 Min. anbraten und je ein Medaillon in die Mitte eines Bogens Backpapier geben.

3 | Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Granatapfelkernen und Zimt belegen. Je etwas Butter daraufsetzen, das Papier über den Filets zusammenfalten und die beiden Enden mit Küchengarn binden.

4 | Die Medaillons anschliessend im Backofen ca. 10–12 Min. garen.

5 | Die Päckchen herausnehmen und auf vorgewärmten Tellern servieren.

Dazu passen Basmatireis – mit Lorbeer gegart – und Krautstiele.

 **Zubereiten**
ca. 60 Minuten

 **Nährwerte**
1 Portion enthält ca.:
311 kcal | 32 g Eiweiss
5 g Kohlenhydrate | 18 g Fett
(ohne Basmatireis und Krautstiele)



TIPP ZUM PÄCKLI

Die langen Seiten des Backpapiers über den Medaillons zusammenfalten. Die Enden wie Bonbons zusammendrehen und mit Küchengarn binden, überschüssiges Papier gegebenenfalls abschneiden.

