



WAS FÜR IMMER DABEI

JERKY FÜR ANFÄNGER

Die Trockenfleisch-Welle schwappt von Amerika nach Europa. Und das ist gut so. Schließlich sind die Fleischstücke ein wunderbarer Proviant und Snack für Zwischendurch. Tipps zur Herstellung und welches Wildbret sich besonders eignet, von einem, der dem Fleischgenuss verfallen ist.

Text & Bild: Werner Steckmann

Unsere urzeitlichen Vorfahren hatten ein Problem: Wie kann man große Mengen erbeuteten Wildbrets ohne Kühlschrank haltbar machen? Neben dem Räuchern und dem Pökeln war das Trocknen der Beute eine der Lösungen. Heutzutage ist das zwar nicht mehr überlebensnotwendig, doch erlebt das Trockenfleisch – neudeutsch „Jerky“ – in Zeiten der kohlenhydrat-

minimierten Ernährung („Low Carb“) und einer boomenden Sport- und Outdoorindustrie gerade eine Renaissance. Als Snack oder leichte, gut zu transportierende Verpflegung ist es eine hochwertige Proteinquelle, und von 100 Gramm sind gerade mal drei Prozent Kohlenhydrate.

Leider enthalten industriell hergestellte Varianten meist eine Menge Konservierungsmittel, künstliche Aroma- und Farbstoffe und sind zudem auch noch sündhaft teuer. Preise von 80 Euro pro Kilogramm sind keine Seltenheit. Dabei ist das Selbermachen ganz einfach und hat den großen Vorteil, dass man genau weiß, welche Fleischqualität und Gewürze verarbeitet wurden. Und vor allem Wild drängt sich neben dem üblichen Rindfleisch geradezu dafür auf. Die Methoden mögen sich seit der Urzeit verfeinert haben, das Prinzip bleibt aber das Gleiche. Lediglich die Zutaten der Marinade variieren. Und so geht's, Schritt für Schritt:

Wer liefert das Wildbret?

DIESE WILDARTEN EIGNEN SICH

Im Prinzip kann man fast jedes Fleisch zum Trocknen verwenden. Es sollte jedoch möglichst mager sein, da Feist schon nach kurzer Zeit ranzig wird und das Geschmackserlebnis trübt. Außerdem wirkt es sich negativ auf die Haltbarkeit aus. Daher eignen sich alle Schalenwildarten mit magerem Fleisch zum Trocknen am besten: Rot-, Dam-, Reh-, Gams- und Muffelwild. Schwarzwild wird meiner Erfahrung nach zu schnell ranzig. Besonders das Wildbret aus Keulen und Blättern (Ober- und Unterschale, falsches Filet) taugt hervorragend für die Herstellung von Jerky. Auch Geflügel oder Fisch kann man problemlos trocknen. **ws**

VOM VORBEREITEN UND MARINIEREN

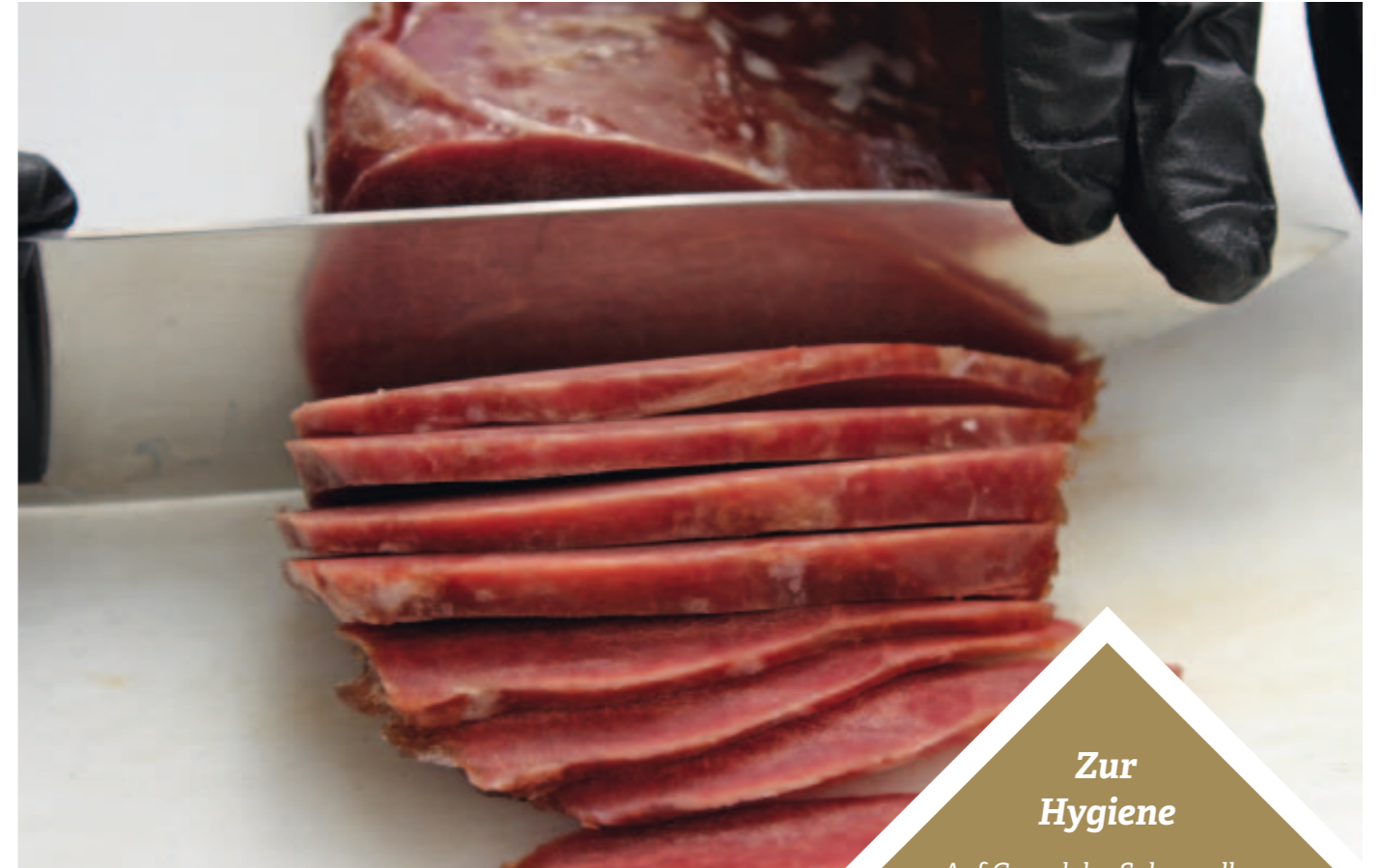
Das Wildbret von Feist, Sehnen, Silberhaut und Schweiß befreien, anfrosten und mit einer Brot- oder Aufschnittmaschine in zirka fünf Millimeter dünne Scheiben schneiden. Zur Not geht auch ein wirklich scharfes Küchenmesser. Diese Scheiben dann in zwei Zentimeter breite Streifen teilen. Für die Marinade kann man der Fantasie freien Lauf lassen (siehe Beispielrezepte Seite 99). Gleich bleibt, dass alle Zutaten ver-

mennt und zusammen mit dem Wildbret in einen Gefrier- oder Zip-Lock-Beutel gefüllt werden. Anschließend ordentlich durchkneten, damit alle Fleischstreifen gut von der Marinade benetzt sind. Ich bereite das Fleisch normalerweise am Vorabend vor und lasse es über Nacht im Kühlschrank ziehen. Wer es lieber dezenter und den puren Wildgeschmack mag, reduziert die Marinierzeit auf vier Stunden. Wie stets im



WERNER STECKMANN

Blogger, User Interface Designer, Autor, Messermacher, Koch, begeisterter Jäger & Sammler. Bloggt auf seinen Seiten www.jagdtipp.de und www.wernerkochtwild.de Tipps für Jäger und die wilde Küche.



Frieren Sie das Wildbret kurz an! Das erleichtert das Schneiden in Scheiben.

Zur Hygiene

Auf Grund der Salmonellen-
gefahr auf absolute Sauberkeit
(Einweghandschuhe) und
möglichst kurze Unter-
brechung der Kühl-
kette achten!



Bei der Marinade kann man der Fantasie freien Lauf lassen.



Die marinierten Fleischstreifen kommen im Zip-Beutel einige Zeit in den Kühlschrank.

Sind die Fleischstücke gut durchgezogen – man erkennt es an der dunklen Farbe –, werden sie trockengetupft.



Fertig mariniert, geht es ab in den Dörrautomat oder Backofen.

Umgang mit Fleisch ist ein verantwortungsvoller Umgang mit dem Thema Hygiene essentiell: Aufgrund der Salmonellengefahr auf absolute Sauberkeit und eine möglichst kurze Unterbrechung der Kühlkette achten! Soll heißen: Marinade anrühren, bereitstellen,

Trockengut in Streifen schneiden, beides in einem Gefrierbeutel kurz durchmischen und gut verschlossen zurück in den Kühlschrank. Wichtig zu erwähnen ist darüber hinaus, dass das Fleisch für mindestens fünf Minuten auf eine Kerntemperatur von 72 °C erhitzt wer-

den sollte, damit es tatsächlich keimfrei ist und Botulose, Schimmelsporen & Co. keine Chance haben.

VOM TROCKNEN UND AUFBEWAHREN

Das Fleisch sollte von der Marinade eher grauschwarz als rot sein. Danach das Fleisch gründlich mit mehreren Lagen Küchenpapier abtupfen. Wer es gerne schärfer mag, fügt jetzt noch Chiliflocken oder -pulver hinzu. Dann geht es ans Trocknen.

Trocknen im Dörrautomat: Je nach Gerät und Fleischdicke kann das eigentliche Dörren zwischen vier und acht Stunden dauern. Ab der sechsten Stunde überprüfe ich die Konsistenz aber stets stündlich. Das Jerky ist fertig, wenn es sich nicht mehr weich oder feucht anfühlt. Es ist untertrocknet, wenn es sich ohne zu brechen biegen lässt, und übergetrocknet, wenn es bricht

wie ein Kartoffelchip. Passt die Konsistenz, gebe ich die gesamte Tranche zum Abkühlen in einen Gefrierbeutel und lasse sie ruhen. Das gleicht die Feuchtigkeit zwischen den einzelnen Stücken aus. Ein Trick, um das Jerky später besser aus dem Gerät entfernen zu können, sind spezielle Dörrfolien, Backpapier oder Lebensmittel-Trennspray.

Trocknen im Backofen: Wenn kein Dörrautomat vorhanden ist, kann man Jerky auch im Backofen machen. Dafür die Fleischstreifen auf ein Blech mit Backpapier auslegen. Orientieren Sie sich bei der Ofen-Einstellung an der oben genannten Kerntemperatur und Trocknungszeit. Damit der Ofen nicht zu heiß wird und die verdampfende Flüssigkeit entweichen kann, einen Kochlöffel in die Ofentür klemmen.

Wird Jerky trocken, dunkel und kühl gelagert, sollten sechs oder mehr Monate Haltbarkeit problemlos drin sein. Bei mir haben sich dafür Gläser mit Schraubdeckel oder Gefrierbeutel mit Reißverschluss sehr bewährt. Beim Vakuumieren verkleben die Jerkystücke jedoch zu stark. Will man es noch länger aufbewahren, sollte man es einfrieren. Jerky ist einfach herzustellen und stellt einen wunderbaren und ganz nach den eigenen Wünschen kreierbaren Proviant für Antritt, Gesellschaftsjagd oder einfach für zwischendurch dar. Und schmecken tut es köstlich!



Das Ergebnis kann sich sehen lassen!

◆ WILDER GENUSS ◆

REZEPTE FÜR MARINADEN

DAS SIND SAUCEN!

Grundrezept: Das funktioniert immer

Mein Grundrezept kann mit verschiedenen Zutaten und Gewürzen (Chiliflocken, Kreuzkümmel, Paprika, Kurkuma, Senf, Wildgewürz, Ketjap-Asin, Sambal Oelek usw.) beliebig gepimpt werden.

- | | |
|--------------------------------|---|
| 1000 Gramm Wildbret | 1 TL Liquid Smoke (gibt es in diversen Internetshops) |
| 1/3 Tasse Worcestersauce | 1 TL schwarzer Pfeffer |
| 2/3 Tasse helle Sojasauce | 1 TL granulierter Knoblauch |
| 3 EL brauner Zucker oder Honig | 1 TL Zwiebelpulver |
| 1 EL Teriyakisauce | 1 TL Salz |

Ahornsirup Jerky: ein toller süßlicher Wildbretjerky

- 1000 Gramm Wildbret
- 1 Tasse Sojasauce
- 1/4 Tasse Ahornsirup
- 4 TL granulierter Knoblauch
- 1 TL schwarzer Pfeffer

Honig-Barbecue-Jerky: mein Favorit, wenn ich einen kühlen Müste

- 500 g Wildbret
- 2/3 Tasse Honig
- 1/2 Tasse Ketchup
- 1/4 Tasse Butter
- 1 EL Apfelessig
- 2 TL Dijonsenf
- 2 EL braunen Zucker
- 1 EL Sojasauce
- 1 TL granulierter Knoblauch
- 1 TL Chilipulver

Single-Malt-Jerky: einer mit mehr Rumms

Da ich bekennender Single-Malt-Trinker bin, bevorzuge ich natürlich diese Geschmacksrichtung, wenn ich ein „Jerky für Erwachsene“ mache. Es funktioniert aber auch mit Bourbon, Southern Comfort oder Jägermeister. Gilt übrigens für alle oben genannten Rezepte.



Ein Schuss Alkohol – hier ein Single-Malt – verleiht der Marinade noch das gewisse Etwas.

Heiße Öfen

DAS BRAUCHEN SIE!

Dörrgeräte lassen sich grob in zwei Klassen einteilen: Runde Umluftgeräte mit einem Luftschaft in der Mitte und drei bis fünf Dörrtagen für den semiprofessionellen Einsatz (von z.B. Rommelsbacher oder Bielmeier) und die Profiklasse (Excalibur, Sedona) mit neun Dörrgittern für bis zu fünf Kilogramm Wildbret auf einmal. Letztere beginnen bei etwa 300 Euro. Bei den günstigeren Geräten muss man meist ein wenig länger warten und die Etagen wechseln, um ein gleichmäßiges Ergebnis zu erhalten. Einen Timer, eine Temperaturregelung und einen leistungsstarken Lüfter sollte das Gerät aber auf alle Fälle haben.

ws