

Die Fernsehköche sind schuld!

Abstruse Gedanken



Die Fernsehköche sind schuld!

Das Fleisch

Haben Sie sich auch schon Gedanken gemacht warum das Fleisch so teuer ist?

Ist der Metzger wirklich Schuld an den hohen Preisen? Nein es ist doch eine ganze Kette von Schmarotzern, welche das Fleisch begleiten vom Bauern bis zum Metzger. Ich glaube auch er hat sogar ein schlechtes Gewissen, vor allem wenn er seine Preise anschreibt. Aber warum ist denn das Fleisch im Grossverteiler 20 - 30% (und manchmal noch mehr) billiger als beim Metzger. Liegt das etwa an der Qualität? ... oder bereichert sich etwa der Metzger unnötig?

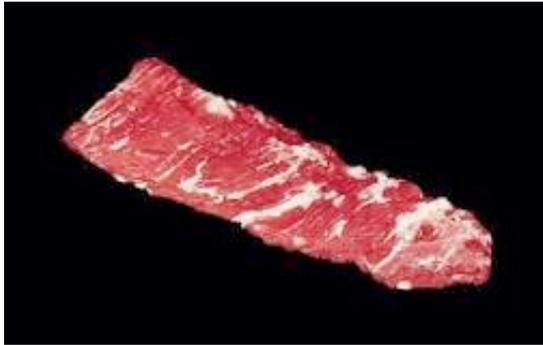
Carne Asada



Ich bin kein begeisterter Fernsehzuschauer, doch an einem Abend als ich mich entspannen wollte, habe ich doch wieder einmal einen Fernsehabend eingeschaltet. So blieb ich bei einer Kochsendung „hängen“. Es war interessant es wurde Carne Asada gekocht.

Aus dem Englischen übersetzt-Carne Asada ist gegrilltes und geschnittenes Rindfleisch, normalerweise Rocksteak, Flapsteak oder Flanksteak, obwohl auch Chucksteak verwendet werden kann. Normalerweise wird es mariniert und dann gegrillt oder angebraten, um ihm einen verkohlten Geschmack zu verleihen. Ich bevorzuge kein mariniertes Fleisch, weil ich mag keine Kohlenbriketts.

Natürlich wollte ich das Carne Asda auch gleich nach kochen. Das Wichtigste ist natürlich das Fleisch. Es wurde Rocksteak empfohlen. Was ist ein Rocksteak:



*Das Rocksteak auch bekannt als Siedfleisch **befindet sich auf der Innenseite der Brusthöhle einer Kuh.** Das Fleisch ist grob im Faden und dicht geädert mit Fett. Früher wurde dieses Fleisch zu Suppenfleisch und Hackfleisch verarbeitet. Früher nannte man es auch das Armleuten-Fleisch.*

Wir sind uns einig, Rocksteak tönt besser als Siedfleisch. Also muss Rocksteak sicher teurer sein als Siedfleisch.

Das Rezept:

Carne Asada - mexikanisches Steak, das Rezept

Lecker mariniertes Rindfleisch mit typisch mexikanischen Kräutern, Gewürzen und einer leichten Fruchtnote.

Gericht Hauptgericht

Vorbereitungszeit 20 Minuten Minuten

Zubereitungszeit 10 Minuten Minuten

Gesamtzeit 30 Minuten Minuten

Portionen 4 Personen

Kalorien 16kcal

Zutaten

- 400 g Flanksteak
- Saft von einer Limette
- 1 Messerspitze Limettenabrieb
- 2 Knoblauchzehen
- 1/2 Bund frischer Koriander
- Saft von 1/2 Orange
- 1 Messerspitze Orangenabrieb
- Salz

- Pfeffer
- 6 EL Olivenöl
- 1 EL Weißwein Essig
- 1 TL Chipotle Chili
-

Anleitungen

- Die Zubereitung eines Carne Asada ist ganz einfach.
- Dafür muss zunächst die Marinade hergestellt werden. Den Knoblauch schälen, fein hacken und in eine Schüssel geben. Abrieb von Limette und Orange dazu geben.
- Anschließend Limette und eine halbe Orange auspressen und den Saft in die Schüssel geben. Der Koriander wird gewaschen und ebenfalls gehackt. Er gesellt sich dann zusammen mit dem Essig, Salz, Pfeffer, Olivenöl und der Chipotle Chili in die Schüssel.
- Jetzt alles gut verrühren, dann in einen großen Frischhaltebeutel geben und das fleisch dazu. Die Marinade dann ordentlich in das Fleisch einreiben und für **min. 8 Stunden** im Kühlschrank ziehen lassen.
- **Ca. 1 Stunde** bevor das Fleisch auf den grill soll holt man es aus dem Kühlschrank. So kann das Fleisch langsam ein wenig Temperatur aufnehmen. Der Grill wird auf **200-220°C** direkte Hitze eingepegelt.
- Je nach Dicke des Steaks wird das Fleisch nun **ca. 5-7 Minuten** pro Seite gegrillt.
- Jetzt kann das **Carne Asada** dünn aufgeschnitten werden und ist fertig.

Nährwerte

Calories: 16kcal | Carbohydrates: 1g | Protein: 0.1g | Fat: 2g | Saturated Fat: 0.2g | Polyunsaturated Fat: 0.2g | Monounsaturated Fat: 1g | Sodium: 4mg | Potassium: 11mg | Fiber: 0.1g | Sugar: 0.03g | Vitamin A: 74IU | Vitamin C: 0.5mg | Calcium: 4mg | Iron: 0.1mg

Beim Metzger

So bin ich zu meinem Metzger meines „vertrauens“ (ich habe absichtlich „Vertrauen“ klein geschrieben) gegangen. Ich bevorzuge beim Fleischkauf zumal lieber den Metzger als den Grossverteiler, leider nach dem Motto „Qualität hat seinen Preis“. Zudem wird im Grossverteiler gröstenteils mariniertes Fleisch angeboten.

Die Metzger sind bekannt für ein grobes Mundwerk und die stärksten Meinungen von allen. Mein Metzger gilt als Favorit, welchen ich je in der Rolle mit Kundenkontakt getroffen habe. Das ist nicht nur saukomisch sondern erinnert mich auch mehr an einen Marktschreier.

Da ich etwas Geld sparen wollte verlangte ich Siedfleisch. Wollen Sie eine Suppe kochen, fragte mich mein Metzger (vertrauensvoll). Ich möchte Carne Asada Oh nein, das geht nicht, da würde ich Ihnen ein Lendensteak empfehlen. Er hat es ja sehr gut gemeint mit mir, denn das Carne Asda sollte doch ein Erfolg werden. Die 9 Franken Preisunterschied je Kilo sollten doch kein Hindernis sein. Ich sagte ihm: "Nein, laut meinem Rezept braucht man Rocksteak". Ich wusste nicht, dass mein Metzger Probleme mit dem Gehör hat. „Ja Sie haben Recht, das sollte man mit Rinderfilet kochen“, er drehte sich um und ging Richtung Kühlraum. Er kam zurück mit einem grossen Stück Rinderfilet, und präsentiert es auf der flachen Hand. „Ist das so rech“ fragte er mich ganz freundlich. Wir haben Aktion, es kostet NUR 112 Franken das Kilo, sonst kostet es 125 Franken. Er sah meine Begeisterung in meinem Gesicht geschrieben. Bevor Er etwas sagen konnte, sagte ich „Nein das ist mir doch zu teuer, wie teuer ist denn das Rocksteak“? „Das kostet nur die Hälfte 58 Franken pro Kilo“. „Und das Siedfleisch“ fragte ich scherzend. Er hatte das mit dem Siedfleisch überhört, denn er gab zähneknirschend zu, dass man das mit Rocksteak auch machen sollte, also ging er los und holte das Rocksteak bzw. Siedfleisch. Und während er es zerschnitt und abwog, stöhnte er.v"Das Zeug ist verdammt überteuert. Überteuert, du weißt, was das Problem ist, oder? Es sind diese verdammten Köche. Die kriegen es in die Finger und bringen es zu *fuchtel mit dem Messer* der verdammten Sendung Meisterköche oder so, und dann will es jeder haben und der Preis geht hoch.... Reicht die Grösse ungefähr?" "Ja, das ist gut." "Und dann setzen die Grosshändler den Preis hoch. Und dann muss ich meine verdammten Kunden abzocken, oder nicht? Verdammte 58 Franken pro Kilo! Hier, bitte sehr."

Ich wies lachend darauf hin, dass er in diesem Fall dankbar sein sollte, dass Idioten wie ich Meisterköche gucken, sonst würde er nie welches verkaufen. "Ja, ja, stimmt, na ja! Nicht so schlimm wie diese

verdammte Frau, die neulich reinkam und Ochsenchwanz wollte. Du weißt von Ochsenchwanz? Warum sollte jemand Ochsenchwanz wollen? Es wurde schon immer darauf geschissen. 20 Franken pro Kilo, wegen der verdammten Köche, davor hat es nie jemanden interessiert.

Andererseits sagte sie, sie wolle Filet für einen Eintopf, also wusste sie sowieso nicht, wovon sie sprach."

Und so wahnsinnig unflätig er auch ist, seine Logik ist unbestreitbar. Ochsenchwanz ist lächerlich überteuert.

Der Ochsenchwanz



Der Ochsenchwanz kam in meiner Jugendzeit sehr oft auf den Tisch in allen Varianten. Auch die Ochsenchwanz-Suppe wurde schon als Instantpulver geliefert. Über mehrere Jahrzehnte habe ich nichts mehr über einen Ochsenchwanz gehört. Vor ca. 10 Jahren wurde

eine Türkische Metzgerei eröffnet. Eines Tages sah ich in der Auslage Ochsenchwanz portioniert in 2 Kg. Portionen vakuumiert angeboten. Erfreut kaufte ich gleich eine 2 Kg. Portion. Ochsenchwanz zu kochen braucht etwas Wissen und Erfahrung- Vor allem braucht es Zeit und Geduld. Der Ochsenchwanz hatte ich 6 Stunden gekocht und war sehr lecker.

Mit diesem Essen kam mir die Idee meine Fasnachtsfreunde zum Ochsenchwanz-Essen einzuladen. Bei den jungen Leute kam viel Unruhe ins Spiel. Niemand kannte den Ochsenchwanz, und einige dachten sogar an ein anderes Körperteil des Ochsen. Der Ochsenchwanz ist der **Schwanz des Rindes, der anatomisch hinter**

dem Kreuzbein ansetzt. Er besteht aus den Schwanzwirbelknochen sowie der an diese anliegenden Schwanzmuskulatur. Zur Zubereitung sind die Haut und das Fell des Schwanzes entfernt.

Zur damaligen Zeit fand man keine Angaben auf dem Internet über Ochsenchwanz. In der Zwischenzeit wurden unzählige Rezepte gepostet auf dem Internet. Alleine „Chefkoch“ hat 142 Rezeptfilme gepostet.

Meine Rezeptur ist kein Geheimnis aber ich möchte dazusagen, dass ich mein Ochsenchwanz auf dem Feuer koche was alles noch erschwert. Dieses Rezept habe ich meiner Oma abgeschaut.

Rezept für 20 Personen



Das wichtigste ist das Fleisch also der Ochsenchwanz. Ich rechne pro Person ca. 1 Kg Ochsenchwanz also davon 20 Kg, da der Ochsenchwanz mehr Knochen als Fleisch aufweist. Ich kaufe dazu noch 5 Kg Knochen, möglichst Marchbein. Für die 20 kg benötige ich 6 Flaschen GUTEN Rotwein. Dann nehme ich noch etwa 10 kg Zwiebel grob geschnitten. Nebst den üblichen Gewürzen, nehme ich vor allem auch Nelken und Lorbeerblätter. Eine Tube Tomatenmark verfeinert den Geschmack. Dazu noch 2 Bündel glatte Petersilie. Bis hierher ist das Grundrezept.

Nun können noch andere Zutaten, vor allem Gemüse wie Karotten, Sellerie, Kartoffeln, Bohnen etc. oder auch Pilze dazugeben. Achtung über dem Feuer immer gut umrühren, damit das Gemüse nicht am Boden anbrennt.

Zuerst ein gutes Feuer in der Feuerschale entfachen. Achtung möglichst wenig Rauchentwicklung aus Rücksicht auf die Nachbarn. Die Knochen mit 10 Liter Wasser aufkochen und ca. 4 Std. bei etwa 80° weiter kochen. Das ergibt einen guten Grundsauce mit viel natürlicher Gelatine zum Binden der späteren Sauce. Nach 4 Std. die Knochen herausnehmen. Die Marchbeine gehören dem Koch. Das Gelatinewasser beiseite stellen. In den leeren trockenen Topf etwas Öl begeben und das Fleisch anbraten. Nur so viel Fleisch in die Pfanne geben, dass der Boden bedeckt ist. Das angebratene Fleisch in ein Gefäss geben. Bei 20 Kg muss dieser Vorgang mehrmals wiederholt werden. Wenn alles

angebraten ist, gebe ich etwa eine Tube Tomatenmark in die Pfanne und röste dieses leicht an, Achtung kleine Hitze, am besten nimmt man dafür die Pfanne vom Feuer. Nun hänge ich die Pfanne wieder über das Feuer, vielleicht etwas höher, damit ich die Gartemperatur von 80° erreiche. Nun lösche ich das mit dem Gelatinewasser ab. Nun rühre ich mit der



Holzkeule kräftig um, damit sich der Bodensatz vom Anbraten mit der Sauce verbindet. Das muss gründlich geschehen sonst verbrennt der Bodensatz und das Fleisch klebt am Boden und verbrennt mit. Das ist sehr wichtig, vor allem beim Kochen über dem Feuer. Nun gebe ich das angebratene Fleisch dazu und den guten Rotwein. Nehmen Sie bei jeder Flasche ein kleinen Schluck zur Probe, damit Sie auch nur erstklassigen Wein verarbeiten. Nun lassen Sie das Ganze

ca. 4 - 5 Std. garen bei ca. 80° (niemals aufkochen lassen. Wichtig ist auch, dass Sie von Zeit zu Zeit öfter aufrühren, damit nicht am Boden festsetzt und verbrennt. Eine Stunde vor dem Servieren kommen die Zwiebeln und das Gemüse dazu. Nun muss ich noch fleissiger umrühren, damit das Gemüse nicht am Boden hockt und anbrennt. Nun zu den Zwiebeln möchte ich noch etwas anmerken. Zwiebel ist nicht gleich Zwiebel. Neben der Speisezwiebel gibt es die Gemüsezwiebel, die weiße und die rote Zwiebel. Mein Favorit ist



jedoch die **Tropea**-Zwiebel, auch bekannt als "**Cipolla di Tropea**" in Italien, ist eine bemerkenswerte Sorte von Zwiebeln, die in der Region Kalabrien gedeiht. Darum hat sie auch ihren Namen vom bekannten Badeort Tropea in Kalabrien. Sie zeichnet sich durch ihre purpurrote Farbe, ihren süßen Geschmack und ihre feste Struktur aus, die auch nach dem Kochen erhalten

bleibt. Der zum Teil unbeliebte Zwiebelgeschmack bleibt ganz weg. Leider ist diese Zwiebel nicht ganzjährig erhältlich. Da weiche ich auf Gemüsezwiebeln mit hohem Zuckergehalt aus. Bevor ich die Zwiebeln zum Ochsenschwanz gebe, dünste ich diese in einem separaten Kesseln an. Sie können den Ochsenschwanz für diese Zeit ruhig vom Feuer nehmen. Die Zwiebeln solange Dünsten bis sie braun karamellisieren. Dies geht bei den Cipolla di Tropea automatisch, bei anderen Zwiebeln müssen Sie mit etwas Zucker nachhelfen. Geben Sie aber nur angedünstete Zwiebeln zum Fleisch. Die letzte

Viertelstunde dient dem Würzen. Gehen Sie das sorgfältig an. Zu schnell überwiegt ein Gewürz oder es ist versalzen. Ich hatte letzthin eine einfache Bouillon gegessen und ich habe gemeint ich bade im Toten Meer.

Nun können Sie den Ochsenschwanz servieren. Dazu streuen Sie noch den frischen feingehackten glatte Petersilie darüber. Geben Sie genügend Sauce dazu, denn mit frischem Weissbrot (Baquett) in die Sauce gedünkt schmeckt es am Besten. So nun bleibt mir nur noch einen guten Appetit zu wünschen, und dann noch die Sauerei aufräumen.

Eure Dürrbachhexe Lolo

Preispolitik

Als ich den Ochsenschwanz in der Türkischen Metzgerei entdeckte bekam ich das Kilogramm für Fr. 3.40. Das war für Fleisch und dazu noch Rindfleisch ein Spottpreis. Wie eingangs erwähnt kannte man diese Fleisch nicht mehr, ausser meine Generation (40., 50. Jahrgänger). Da kam des öfteren Ochsenschwanz auf den Tisch. Nachfolgend war es aus den Metzgereien verschwunden und galt lange Zeit als Abfallprodukt.

Betrachten wir mal die neue Zeitrechnung „VOR Corona und NACH Corona“. Also in dieser Zeitrechnung vor Corona begann unsere Fasnacht wie immer am 6. Januar 2020. Die Fasnacht 2020 ging am Fasnacht Dienstag 25.02.2020, ohne Einschränkung zu Ende. Ein Damoklesschwert hing über uns. Am 27.02.2020 wurden Grossanlässe verboten. Alle Läden, Restaurants, Bars sowie Unterhaltungs- und Freizeitbetriebe wurden bis am 19. April 2020 geschlossen.

Ausgenommen sind unter anderem Lebensmittelläden und die Gesundheitseinrichtungen. Da hatten wir grosses Glück mit unserer Fasnacht. Die am Wochenende folgenden Fasnachtsveranstaltungen in Zürich mussten abgesagt werden. Sogar der Morgenstraich in Basel war ausgefallen. Am 14. März 2020 wurde alle Fasnachtsmitglieder der Dürrbachhexen zur Schlussversammlung zu meinem Ochsenschwanzessen eingeladen. An diesem 13. März (übrigens ein Freitag) verkündete der Bundesrat die Ausgangssperre, alle

Grossanlässe, Sportveranstaltungen, Skigebiete und Restaurant werden ab dem 14. März 2020 geschlossen. Da hatten wir doch wieder ein 2. mal Glück, dass wir auch diese Veranstaltung durchgebracht haben. Was nachher folgte war ein langer Lockdown.



Erst am 23.10.2021 besuchte ich die General Versammlung der Fasnachtsgesellschaft Dürrbachhexen. So gesehen war ich 19 Monate „eingesperrt“. Nun zurück zum Ochsenchwanz. Für das Ochsenchwanzessen am 14. März 2020 hat das Kilogramm Ochsenchwanz noch Fr.3.40 gekostet.

Während der Covidzeit hat man versucht mit allerlei Ablenkungen die Leute bei Laune zu halten. So sind die Fernsehköche aus dem Boden geschossen wie die Pilze. Jeder

wollte den anderen übertreffen an Ideen und Kreativität. So wurde fast jedes Tier ausser Hund und Katze verkocht, und jedes Fleischstück von den Tieren wurde ausgewertet. So wurde der Ochsenchwanz wieder Gourmetfähig nein es wurde sogar ein Hype. Das internet füllte sich mit Ochsenchwanz-Rezepte und -Videos. Da liegt es auf der Hand, dass sich die Nachfrage sehr gesteigert hat.

Nun kommt die Zeit „NACH Covid“. Am 29. April 2022 war dann wieder einmal eine Schlussversammlung bzw. ein Ochsenchwanz Essen. Ich habe mich fast auf den Boden gesetzt, als der Türkenmetzger mir Fr. 5.20 für ein Kilogramm Ochsenchwanz verlangte, ganz nach dem Motto die Nachfrage bestimmt den Preis.

Ein Jahr später am 3. März 2023 war dann erneut ein Ochsenchwanzessen. Ich war schon fast überfordert mit dem Preis von Fr. 9.80 pro Kilogramm Ochsenchwanz.

Das nächste Ochsenchwanzessen steht vor der Tür. Darum habe ich mich umgeschaut. Ich sehe, dass der Ochsenchwanz mit Fr. 11.30 angeschrieben ist. Haben Sie noch die Übersicht? Nein dann werde ich es übersichtlich machen.

2020	Ausgangspreis	3.40			
2022	Preis / Kg	5.20	Preiszunahme vom Ausgangspreis	1.80	52.94%
2023	Preis / Kg	9.80	Preiszunahme vom Ausgangspreis	6.40	188.24%
2024	Preis / Kg	11.30	Preiszunahme vom Ausgangspreis	1.80	232.35%

Nun haben Sie wieder die Übersicht? Bedenken Sie, dass mehr als die Hälfte des Gewichtes beim Ochsenchwanz, Knochen sind. So liegen wir schon bei einem Kilopreis von CHF 22.60.

Für das Ochsenchwanzessen habe ich darum den günstigsten Preis gesucht:

- Der Marktführer ist Rendles Top Barf Da ist der Ochsenchwanz für einen Preis: **2,80€/kg** zu haben. Dieser Anbieter ist in Deutschland, Leider ist es nicht so einfach Fleisch aus Deutschland zu beziehen. Der Vermerk „Zur Zeit nicht lieferbar“ erspart mir jede Entscheidung.
- Für die Schweiz ist meat4you.ch mit einem Kilopreis von **CHF 34.00 /Kg** ist wesentlich teurer als mein Türke.
- farmy.ch ist mit einem Kilopreis von **CHF 24.00/Kg** zählt eher zu den günstigen Anbieter.
- sutersbeefhof.ch ist mit einem Kilopreis von **CHF 13.00/Kg** ist schon fast billig. Leider ist der Vermerk „Ausverkauft“, wem wundert es?
- luzernerfleisch.ch ist mit CHF 45.00/Kg Ochsenchwanz zählt eher zu den Marktführer (natürlich negativ gesehen).

Ja da soll einer noch den Durchblick behalten, ich habe ihn nicht mehr. Dafür habe ich die Schuldigen gefunden.

Die Fernsehköche sind schuld!