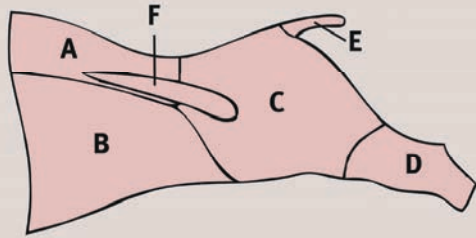


Teil 9: Die Teilstücke vom Stauer-Rind

Jeden Monat wollen wir Ihnen Wissenswertes rund um das Thema Genuss und Qualität von Fleisch vermitteln und Ihnen ein **StaufenFleisch**-Kochrezept unseres Küchenmeisters Helmut B. Schulz präsentieren.

Für die Zartheit, Saftigkeit und den feinen Geschmack von **StaufenFleisch** sind viele Aspekte verantwortlich. Natürlich hängt vieles von der Verwendung der richtigen Teilstücke und deren Zubereitungsart ab.

Teilstücke vom Rinder-Hinterviertel



A = Roastbeef

Das Roastbeef gehört zu den zartesten Teilstücken beim Rind. Es eignet sich besonders gut als Kurzbratstück, wie z.B. der Schwäbische Zwiebelrostbraten oder es wird in Steaks geschnitten, wie das Entrecôte, Rump-, T-Bone-Steak (mit Knochen), Porterhouse- oder Sirloin-Steak.

B = Bauchlappen

Der Bauchlappen hat einen hohen Bindegewebsanteil und muss daher lange geschmort bzw. gekocht werden. Dieses Teilstück wird meist als Kochfleisch zur Herstellung von Suppen und Soßen oder als Gulasch verwendet.

C = Keule

Die Rinderkeule besteht aus folgenden Teilstücken: Die **Oberschale** ist sehr mager und zart. Sie eignet sich besonders für Rouladen, als Braten, Geschnetzeltes sowie für Tartar. Die **Unterschale** besitzt nicht so feinfasriges Fleisch und eignet sich

daher wie auch die **Seemerolle** zum Schmoren und Braten sowie für Sauerbraten, Spickbraten oder Gulasch. Die **Hüfte** findet als Steak oder Fonduefleisch ihre Verwendung. Die **Nuss** besteht aus zartem, feinfasrigem Fleisch, das sich gut zu Kurzbratstücken und Geschnetzeltem, als (Schmor-)Braten oder für Rouladen verarbeiten lässt; das **Bürgermeisterstück** zudem als Ragout. Der **Tafelspitz** ist ein klassisches Kochfleisch; kann aber auch geschmort oder gebraten werden.

D = Hesse/Wade

Aufgrund des hohen Bindegewebsanteils wird die Rinderhesse als Kochfleisch in Form von Beinscheiben verwendet. Sie eignet sich auch als Gulasch-, Ragoutfleisch oder Klärfleisch für Kraftbrühen.

E = Schwanz

Er eignet sich zum Schmoren oder als Einlage für Suppen und Eintöpfe.

F = Filet

Das Filet ist das wertvollste und zarteste Teilstück eines Rindes. Es ist besonders bindegewebs- und fettarm. Zum Kurzbraten oder Grillen findet es als Chateaubriand (Filetkopf), Tournedo oder Medaillon (mittlerer Filetteil) sowie als Mignon (Filetspitze) seine Verwendung. Auch für Gulasch, Fonduefleisch oder im Ganzen als Braten ist das Filet ein ideales Teilstück.

Ihr **StaufenFleisch**-Metzger empfiehlt Ihnen gerne die richtigen Teilstücke und deren Zubereitungsmöglichkeiten. So gelingt Ihr **StaufenFleisch**-Gericht garantiert.

Überzeugen auch Sie sich von der Zartheit, Saftigkeit und dem feinen Geschmack von

StaufenFleisch[®]

Nur erhältlich in ausgewählten Metzgereien und Restaurants:



Kulinarisches aus dem Ländle mit **StaufenFleisch**[®]



Jeden Monat neu:
Rezepte zum Sammeln!



Tranchen vom
StaufenFleisch-Rumpsteak
auf sautierten Artischockenböden und Kartoffeln
mit Café-de-Paris-Butter

Zutaten

für 4 Personen

Rumpsteak

- 4 Rumpsteaks aus der Hüfte á 220 g
- 4 frische Artischocken
- 50 ml Olivenöl
- 20 ml Zitronensaft
- 100 g getrocknete Tomaten
- 80 g schwarze entkernte Kalamata-Oliven
- 80 g Café-de-Paris-Butter
- Meersalz aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Bratkartoffeln

- 600 g ungeschälte festkochende Kartoffeln
- 60 ml Rapsöl
- 20 g Butter
- Meersalz aus der Mühle
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle



Dazu empfehlen wir Ihnen:

**M. Chapoutier –
»Belleruche« Côtes-du-Rhône**

Edles Purpurrot mit einem Bouquet von Cassis, Heidelbeere und Gewürznoten.

Am Gaumen vollmundig und satt mit seidigem Gerbstoff.

Ein idealer Partner zum Rumpsteak!

www.staufenfleisch.de

StaufenFleisch®
*nichts
anderes.*

*Tranchen vom StaufeFleisch-Rumpsteak
auf sautierten Artischockenböden und Kartoffeln mit Café-de-Paris-Butter*



Rumpsteak

Vorbereitung

Von den Artischocken wird lediglich der Blütenboden benötigt! Mit einer Drehbewegung wird der Stiel abgebrochen. Die äußeren Blütenblätter bis zum Ansatz abschneiden und dann die Artischockenspitze bis zum Bodenansatz abschneiden. Den Boden mit einem scharfen Messer vollständig von den grünen Blättern entfernen. Dann das Heu entfernen und den Artischockenboden sofort mit Zitronensaft beträufeln.

Die Artischockenböden in Schnitze schneiden (kleinere vierteln, größere achteln), die Tomaten in lauwarmem Wasser einweichen und die schwarzen Oliven halbieren.

Zubereitung

Eine Grillpfanne erhitzen und die Rumpsteaks würzen. Die Steaks auf jeder Seite ca. 3 – 4 Minuten grillen. Nach dem Grillen das Fleisch auf einen Gitterrost setzen und im Backofen bei 60 °C ca. 5 Minuten abstehen lassen. In einer antihaft-beschichteten Pfanne die Artischockenschnitze im Olivenöl kurz sautieren. Die eingeweichten getrockneten Tomaten und die Oliven begeben, kurz schwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Bratkartoffeln

Vorbereitung

Möglichst große Kartoffeln auswählen und in gleichmäßige Scheiben von 3 – 4 mm schneiden.

Zubereitung

Öl in einer Bratpfanne erhitzen. Die Kartoffeln zugeben, leicht anbraten und würzen. Im Ofen unter mehrmaligem Wenden goldgelb braten. Das überschüssige Fett abgießen, dann Butter zugeben und fertig braten.

Profitipp

Kleine Frühkartoffeln können auf die gleiche Art zubereitet werden.

Anrichten

Die Rumpsteaks gegen die Fleischfaser tranchieren und abwechselnd mit dem sautierten Gemüse und den Kartoffelscheiben anrichten. Zum Schluss einige Stückchen von der Café-de-Paris-Butter über dem Gericht verteilen.