



# Tiefgekühltes Fleisch – so gehts



Tipp von Esther Kern



**Das halbe Schwein oder das Fleischpaket vom Bauern direkt ist wohl immer noch eine der besten Wege, wie Privathaushalte zu Fleisch kommen können. Doch: Wie bewahrt man das Fleisch am besten auf? Ein paar Tipps und Tricks.**

«Fleisch ist, bei guter Lagerung, rund sechs Monate haltbar», sagt Raffaella Neussinger von der Gourmet Academy von V-ZUG. Zentral etwa ist, dass es keinen Gefrierbrand gibt am Fleisch. Als Gefrierbrand bezeichnet man Stellen, die ausgetrocknet und verfärbt sind. Grund: Wenn aus dem Gefriergut Wasser austritt und dann wieder gefriert auf der Oberfläche, so trocknet es an dieser Stelle aus. Das Fleisch ist zwar noch bedenkenlos geniessbar, auch mit Gefrierbrand. «Aber leider wird dadurch der Geschmack des ganzen Stücks beeinflusst, die Brandstellen wegschneiden hilft da nicht», erklärt die gelernte Köchin Raffaella Neussinger. Was hilft, ist vorbeugen. Einerseits sollte man Temperaturschwankungen vermeiden. Andererseits das Fleisch möglichst luftdicht verpacken, entweder mit dem Vakuumiergerät oder mit Plastikbeuteln, die möglichst eng am Fleisch anliegen. Raffaella Neussinger weiss: «Bei Fleisch mit viel Oberfläche, also beispielsweise Hackfleisch oder Plätzli, gibt es schneller Gefrierbrand als bei grossen Fleischstücken.» Ist man unsicher, ob Fleisch aus dem Tiefkühler noch gut ist, kann man es nach dem



Auftauen überprüfen. Raffaella Neussinger: «Die Geruchsprobe ist dafür erstes Instrument.» Allerdings solle man immer eine erste Duft-Welle aus den Gefrierbeuteln entweichen lassen. Als zweiten Test kann man ein Stück des Fleisches abschneiden und anbraten ohne Gewürze. So merke man dann definitiv, ob Fleisch noch gut schmecke, so die Expertin von V-ZUG. Und wie immer gilt: Wenn Fleisch einmal aufgetaut wurde, sollte es nicht mehr eingefroren werden. Es verliert an Qualität und das Risiko von Bakterien, die sich vermehren, nimmt zu.