

Ein Prinzip Des Wohlgeschmacks

Kategorien: Info, Fleisch, Wissen

Zutaten für: 1 Info

Anleitung:

Das Braten mit seiner relativ kurzen Garzeit zielt nicht darauf ab, das Fleisch weich zu machen, denn es ist ausgewählten Stücken vorbehalten, die von jungen und zarten Tieren stammen. Es läßt ihr charakteristisches Aroma unangetastet; lediglich in der Kruste entstehen neue, brattypische Geschmacksnuancen. Rinderbraten z. B. sollte in seinem Kern noch »blutig« sein; so bleibt er saftig und zart und setzt beim Essen köstliche Aromen frei.

Ein Braten muß bei hohen Temperaturen garen, wenn er gut werden soll: Der Ofen muß vorgeheizt und das Fleisch mit Öl bestrichen werden. So verliert der Braten nicht zuviel Saft, und durch die Hitze entstehen neue Aromastoffe, denn die Membranen der Oberflächenzellen werden zerstört. Die Bestandteile verschiedener Zellschichten können sich vermischen und untereinander reagieren, so daß sich deren Fette, Aminosäuren und Zucker zu großen Molekülen vereinen, die neue Farben, Aromen und Geschmacksstoffe entwickeln.

In Frankreich wird Rindfleisch traditionell so gebraten, daß es innen »blutig« (saignant) bleibt: Man pinselt die Oberfläche mit Öl oder geschmolzener Butter ein, damit es schneller anbräunt und sich jene knusprige Kruste bilden kann, die von Feinschmeckern so geschätzt wird.

Man hat lange geglaubt, daß diese Kruste wasserundurchlässig sei und das Austreten des Fleischsafts verhindere, aber mein amerikanischer Freund Harold McGee aus Palo Alto konnte experimentell beweisen, daß das ein Irrtum ist. Der Braten bleibt allein darum voller Saft, weil sich bei starker Hitze die Garzeit verkürzt und somit weniger Flüssigkeit verlorenght.

Wenn der Braten aus der Röhre kommt, muß er zart, aromatisch und saftig sein. Man läßt ihn etwas ruhen, damit sich der Saft aus dem Zentrum in die trockeneren Teile der Peripherie ausbreiten kann; dann tranchiert man mit einem sehr scharfen Messer, damit das Gewebe geschont wird und der Saft im Fleisch bleibt.

Andere Länder, andere Sitten: Die Engländer sind berühmt für ihr Siedfleisch, aber auch für ihre extrem durchgegartenen Braten. Auf der anderen Seite des Ärmelkanals hält man einen Braten für gelungen, wenn die Temperatur im Bratenkern 60, ja sogar 80 Grad beträgt! In Frankreich dagegen liegt sie manchmal noch unter 30 Grad.