



Tafelkünstler Nils Jorra von der Perfect Meat Academy in Heinsberg

## DIE FLEISCHEXPERTEN

Nur ein paar Kilometer von der niederländischen Grenze entfernt liegt das Eldorado für Fleischliebhaber: die „Perfect Meat Academy“ der Brüder Otto.

Text: Rainer Meier Fotos: xxxxxxxxxxxxxxxxx

### PROFI-TIPP VON NILS JORRA

#### FLEISCH BRAUCHT LIEBE

*Neben der Auswahl des perfekten Fleischstücks, ist die richtige Zubereitung der Weg zum perfekten Genuss. Ist das Stück schön pariert, also von Sehnen und Häuten befreit, sollte das Fett während des Bratens oder Grillens hingegen am Fleisch verbleiben, denn die Schwarte schützt das Fleisch vor Verbrennung und lässt es nicht austrocknen; auch ist Fett ein wichtiger Geschmacks-träger und gibt beim Braten Flüssigkeit für Saucen ab. Zu Beginn der eigentlichen Garphase ist das Fleisch nach dem scharfen Anbraten in Pfanne oder Bräter außen heiß, innen aber noch kühl. Damit der Sonntagsbraten oder das Lieblingssteak keinen Hitzeschock erleidet und die Fleischfasern sich entspannen können, wird die Temperatur runtergedreht. Zeitangaben können extrem variieren und sind abhängig von Größe und Art des jeweiligen Stückes. Ein Fleischthermometer hilft, die Kontrolle über den gewünschten Gar-Grad zu behalten; dabei verrät die Kerntemperatur, wie gar das Fleisch im Innern ist. Egal ob Sie Ihr Steak in der Pfanne oder auf dem Grill garen, empfehlen wir, es nach ca. 1 1/2 Min. einmal zu wenden. Danach das Fleisch mindestens 3 Min. ruhen lassen, dabei noch einmal wenden. Beträgt die Kerntemperatur 50–54° C ist das Steak medium rare. Die Zeitangaben beziehen sich auf ca. 2,5 cm dicke Steaks. Nach dem Ruhen noch einmal mit grobem Meersalz/Salzflöckchen salzen und ggf. pfeffern.*

#### PERFECT MEAT ACADEMY

Industriepark Oberbruch, Boos-Fremery-Str. 62, 52525 Heinsberg, Tel. 02452/97626-0, [info@otto-gourmet.de](mailto:info@otto-gourmet.de), [www.otto-gourmet.de](http://www.otto-gourmet.de)

@ Weitere Miele Tafelkünstler finden Sie im Internet auf [www.tafelkuenstler.de](http://www.tafelkuenstler.de)

*Ein guter Züchter sorgt dafür, dass die Tiere natürliches Futter erhalten und artgerecht aufgezogen werden. Zudem wählt er (Fleisch)Rassen, die für guten Geschmack (Qualität) und nicht für gute „Erträge“ (Quantität) stehen. Unerlässlich dabei ein optimales Schlachtalter, das mitunter weit über dem von Tieren liegt, die aus Intensivmasthaltung stammen.*

