

Schwein gehabt – aber so gut!

Geniessen Schweinefleisch hat an Beliebtheit eingebüsst. Zu Unrecht, wie auch Spitzenkoch Fabian Inderbitzin sagt. Er empfiehlt Gerichte mit Fleisch von Nidwaldner Molke- und Wollschweinen.

Herbert Huber

Schweinefleisch gehört seit Jahren in mein Genussrepertoire. Sei es als rassiges Szegeediner Gulasch, sei es als paniertes Schweinskotelett. Für Letzteres sucht mir der Hausmetzger jeweils unaufgefordert das mit etwas Fett durchzogene saftige aus. Dazu gibt es Sauerrahmkartoffeln.

Wenn es etwas festlicher sein soll, wird das Schweinsfilet im Blätterteig zubereitet. Und zwar so, wie es meine Frau macht: kurz scharf anbraten, kalt stellen, mit Kräutermischung (Pesto) einstreichen, mit Bratspeck umwickeln, in den Blätterteig packen. Dann mit Eigelb bepinseln und für zirka 25 bis 30 Minuten (je nach Grösse) in den Ofen. Servieren, wenn es innen noch ganz leicht rosa ist.

Wenn ein Schweinsvoressen angesagt ist, gehört beim Schmoren unbedingt ein Schweinsfüssli mit in die Sauce. Füssli am Schluss vom Knochen lösen, fein schneiden und zurück in die Sauce geben. Dazu passt eine mit Sbrinz überbackene Polenta.

Kürzlich empfahl mir ein Kollege die gescheffelte, das heisst nicht mit dem «Blitz», sondern von Hand zubereitete Schweinsbratwurst von Metzger Isenegger an der Luzernerstrasse in Root. Der Tipp war ein Volltreffer.

Man spürt hoffentlich: Schweiniges hat es mir – im Gegensatz zu vielen anderen – nach wie vor angetan. Vor allem dann, wenn ich davon ausgehen kann, dass die Tiere aus der Schweiz kommen und hier ein gutes Leben hatten.

Ähnlichkeit mit Kalbfleisch

Das gilt sicher für einen Nischenplayer in der Schweineproduktion: Auf dem Hof Meierskählen oberhalb Stans (www.meierskaehlen.ch) gibt Toni Odermatt seinen «Söili» Molke (auch Schotte, Sirte oder Käsemilch genannt) zum Saufen. Die teils auch von Menschen geschätzte Molke – enthalten etwa in Rivella – ergibt in der Schweinezucht ein sehr be-



Fabian Inderbitzin mit dem Schweinsbacken-Gericht (siehe Rezept).

Bild: Manuela Jans (18. November 2016)

kömmliches Fleisch. Einige Konsumenten sagen, es sei dem Kalbfleisch ähnlich. Was für mich sehr wichtig ist: Beim Braten verliert dieses Fleisch bedeutend weniger Wasser.

Molkeschweine könnten dazu beitragen, den rückläufigen Schweinefleischkonsum wieder etwas anzukurbeln. Kriert wurde die Idee von Käsern und Fleischvermarktern. So entstand die IG Molkeschwein (www.molkeschwein.ch).

Auch die Gastronomie ist auf den Trend aufmerksam geworden. So setzt unter anderem Spit-

zenkoch Fabian Inderbitzin, im «Gault-Millau» neu mit 17 Punkten dekoriert, in seinem Seeres-taurant Belvédère in Hergiswil auf das Molkeschwein.

Dunkler und besonders nussig

Fabian Inderbitzin hat aber noch einen weiteren Schweinefleisch-Pfeil in seinem Köcher: die urtümlich aussehenden Wollschweine – borstige Kerle mit friedvollem Gemüt. Sie sind kleiner und deshalb auch weniger muskulös als unsere Haus-schweine.

Wollschweinefleisch ist mit normalem Schweinefleisch nur bedingt vergleichbar. Es ist markant dunkler und zeichnet sich durch ein besonderes nussiges Aroma aus, für mich ähnlich wie die spanischen Pata negra aus der Estremadura.

Die Heimat des Wollschweins ist aber Osteuropa, wo es als Mangalitzta-Schwein bekannt ist. Nur fiel diese Rasse der Industrialisierung der Nutztierzucht zum Opfer und geriet weitgehend in Vergessenheit.

Erfreulicherweise gibt es jetzt wieder leicht zunehmende Be-

Molkeschweinsbacken mit zweierlei Gerste

Rezept für 4 Personen

8 Kopfbacken vom Molkeschwein (oder «normale» Schweinsbacken)
100 g Röstgemüse (Rüebli, Sellerie, Zwiebeln)
20 g Tomatenpüree
10 g Puderzucker
2 dl Portwein
2 dl Marsala
5 dl kräftigen Rotwein
5 dl brauner Kalbsfonds
Salz Pfeffer

Zubereitung: Schweinsbacken mit Salz und Pfeffer würzen. In Öl kräftig anbraten. Aus der Pfanne nehmen und das Röstgemüse begeben. Tomatenpüree ebenfalls mitrösten und mit dem Puderzucker karamellisieren.

Nach und nach mit dem Portwein, Marsala und Rotwein ablöschen und immer wieder komplett einkochen lassen, bis eine braune sirupartige Sauce entsteht. Kalbsfonds begeben. Schweinsbacken begeben und zugedeckt im Ofen bei 95 Grad zirka 3 bis 4 Stunden garen, bis die Backen schön weich sind.

Dann aus der Sauce nehmen. Sauce abfetten (Fett an Oberfläche mit Löffel wegschöpfen), passieren, einreduzieren und abschmecken.

Gerste für 4 Personen

200 g Gerste
1 Schalotte
1 dl Gemüsefonds
20 g Butter
1 Prise Garam masala, Salz, Chilipulver

Zubereitung: Gerste in Salzwasser weich kochen. Schalotte schälen und in kleine Würfel schneiden. Schalottenwürfel in etwas Olivenöl andünsten. Gerste und Gewürze begeben. Mit Butter aufmontieren und abschmecken.

Zusätzliche Garnitur: 50 g Gerste in Salzwasser weich kochen, abgiessen und im Ofen bei 80 Grad 4 Stunden trocknen lassen.

In einer Pfanne zirka 4 cm hoch Erdnuss- oder Sonnenblumenöl auf 190 Grad erhitzen. Gerste darin frittieren, sodass sie schön aufpufft. In ein Sieb giesen und auf Küchenpapier abtrocknen. Überschüssiges Öl kann noch zum Braten usw. verwendet werden.

Um dem Gericht etwas Farbe zu geben: verschiedene Wurzelgemüse (Sellerie, Rüebli, Randen) in Butter oder Olivenöl zubereitet dazu servieren.

Alternative zur Gerste: Kartoffelstock.

stände, auch bei uns. Unter anderem hoch über dem Vierwaldstättersee, in Ennetbürgen auf dem Holzen-Hof, wo das Wollschwein super viel Auslauf hat. Genau das, was diese Tiere brauchen.

Holzen-Fleisch hat sich über die Kantonsgrenzen hinaus einen exzellenten Namen für die spezielle Betriebs- und Verarbeitungsphilosophie verschiedener Tierrassen geschaffen, neben den Wollschweinen unter anderem auch Angus-Rinder und Damhirsche. Holzen-Fleisch gibts samstags am Luzerner Markt bei der Kapellbrücke, in der warmen Jah-

reszeit auch am Stanser Markt oder unter www.holzenfleisch.ch

In Bezug auf das Essen gilt für das Molke- wie für das Wollschwein, dass der besondere Geschmack bei A-la-minute-Gerichten wie Koteletts, Steaks oder Filets mehr zum Tragen kommt als bei Schmorgerichten, wo oft die Kraft der Sauce dominiert.

Fabian Inderbitzin hat für sein Rezept trotzdem ein Schmorgericht ausgewählt, damit jene nicht leer ausgehen, die nur normales Schweinefleisch zur Verfügung haben. Aber das andere sollte man mal probieren.