

live mit Hörern und Experten

Hörer-Information

WDR 5, Donnerstag, 7. Dezember 2006, 15.05 - 16.00 Uhr
WDR 5, Freitag, 8. Dezember 2006, 0.05 – 1.00 Uhr

Feinstes Federvieh: Pute, Gans, Ente und Co.

Gäste: Friedrich Wilhelm Haver Rassfeld
Betriebsinhaber des Meierhofs Rassfeld
Klaus Masjosthusmann
Küchenmeister
Dr. Heinz Jüngst, wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für
Tierwissenschaften der Universität Bonn

St. Martin, Weihnachten oder Sylvester ohne Pute, Gans oder Ente? Undenkbar! Doch längst gelangt das edle Federvieh auch außerhalb der traditionellen Festtagszeit auf den Tisch. Die kulinarischen Möglichkeiten von Geflügel – das wissen Köche ebenso wie Feinschmecker – sind nahezu unschlagbar. Darüber hinaus gilt das zarte Fleisch, sieht man von der klassischen „Fettgans“ einmal ab, als besonders bekömmlich und gesund.

WDR 5 LebensArt ist in Gütersloh zu Gast auf einem der ältesten Meierhöfe Ostwestfalens,, dem Meierhof Rassfeld, und stellt gemeinsam mit Landwirten, Köchen und Experten Fragen nach Herkunft und artgerechter Haltung bis hin zum köstlichen Genuss.

Der Meierhof Rassfeld

Der Meierhof Rassfeld gehört zu den ältesten Meierhöfen Ostwestfalens. Die Wurzeln der fast 1000jährigen Hof- und Familiengeschichte reichen bis in das Jahr 1088 zurück. Die gesamte historische Hofanlage steht seit 1990 unter Denkmalschutz. Das älteste Gebäude des Hofes ist ein Kornspeicher aus dem Jahr 1578. Seit seiner erstmaligen Erwähnung ist der Hof im Besitz der Familie Meier zu Rassfeld. Heute umfasst der Meierhof ca. 100 ha Ackerflächen und Wiesen sowie 15 ha Bauernwald. Auf den Feldern werden Getreide als Brot- und Futtergetreide, Mais sowie Kartoffeln für die hofeigene Vermarktung angebaut. Nach der Aufgabe der Rindviehhaltung und der Schweinemast in den 80er Jahren

WDR 5 LebensArt

Tel 0221/220 3197
Fax 0221/220 6303

email
LebensArt@WDR.de

Post
WDR 5 LebensArt
50600 Köln

Service

WDR 5 Hotline
0180 5678-555
(12 Cents/Min. aus dem
deutschen Festnetz)

WDR 5 Faxline
0180 5678-550

WDR 5 im Internet
www.wdr5.de

liegt der Schwerpunkt des Hofes heute in der Geflügelhaltung. Es werden Legehennen gehalten. Hähnchen, Perlhühner und Puten aufgezogen und gemästet.

Die Kelly Bronze Puten

Seit einigen Jahren hat sich der Hof auf die Haltung der so genannten Kelly Bronze Puten spezialisiert, die sich besonders für die Freilandhaltung eignen. Die Rasse ist den in Nordamerika immer noch existierenden Wildputen sehr ähnlich. Ihr Gefieder ist nicht weiß, wie man es von den Puten aus der konventionellen Mast kennt, sondern changiert zwischen schwarzblau und bronze. Die Herde zählt derzeit etwa 500 Tiere und ist im Sommer wie im Winter auf der Weide. Ist den Tieren zu kalt oder zu nass, können sie jederzeit in einem offenen Stall Schutz suchen.

Im Vergleich zu ihren Artgenossen, die darauf gezüchtet werden, in möglichst kurzer Zeit möglichst viel Gewicht zuzulegen, wachsen die Kelly-Bronze Puten eher langsam. Das ist für den auf Genuss bedachten Verbraucher von Vorteil, denn das Fleisch der Tiere wird durch die längere Mast besonders aromatisch. Aber auch für die Tiere hat es einen positiven gesundheitlichen Aspekt: Sie leiden nicht wie manche ihrer Artgenossen aus der konventionellen Mast an einem zu hohen Gewicht, was wiederum Beinschwächen zur Folge haben kann. Ihre Neigung langsam zu wachsen wird durch ein energiearmes Futter unterstützt (Getreide, Mais und Soja). Das Getreide wird von einer nahegelegenen Mühle bezogen und stammt zum Teil aus der eigenen Produktion. Da der Kreislauf möglichst geschlossen bleiben soll und die Tiere möglichst wenig Stress erfahren sollen, werden sie nicht im Schlachthof, sondern auf dem Hof geschlachtet. Hennen gelten ab der 20. Woche als schlachtreif, Hähne werden von der 24. Woche bis zur 34. Woche geschlachtet. Die Schlachtung beginnt folglich fünf bis sechs Wochen später als sonst üblich. Der höhere Aufwand bei der Aufzucht der Tiere sowie das längere Wachstum haben zur Folge, dass das Fleisch etwa 25 Prozent teurer als konventionell erzeugtes Putenfleisch ist. Ein Großteil des auf dem Hof produzierten Fleisches wird im eigenen Hofladen verkauft.

Züchtung der Kelly Bronze Puten

Der britische Züchter Paul Kelly züchtet seit den 70er Jahren eine eigene Putenrasse, die so genannte Kelly-Bronze Pute. Sie eignet sich besonders für die Freilandhaltung und die

Fütterungsbedingungen des ökologischen Landbaus. Derek Kelly, der Vater von Paul Kelly, strebte bereits in den 70er Jahren Zuchtziele an, mit denen er sich gegen die gesamte Zuchtindustrie seiner Zeit stellte. Er wollte eine Rasse züchten, die eine herausragende Fleischqualität besitzt. Da der Genusswert des Fleisches entscheidet von der Dauer der Mast abhängt (je langsamer Geflügel gemästet werden, desto aromatischer und saftiger wird in der Regel das Fleisch), kreuzte Kelly langsam wachsende Rassen miteinander: nämlich Zuchttiere aus Oregon/ USA und alte schottische Landschläge. Die aus dieser Kreuzung hervorgegangene Kelly-Bronze Pute wird ausgesprochen spät schlachtreif und überschreitet sogar die von der EU vorgeschriebenen Mindestmastzeiten für Mastputen im Öko- Bereich deutlich. Die Tiere sind darüber hinaus so robust und genügsam sein, dass sie sich im Freiland mästen lassen. Ihre Robustheit macht es außerdem möglich, dass Herden von bis zu 1000 Tieren im Freiland gehalten werden können.

Geschichte der Pute

Vergeblich wird man bei Funden aus der Antike, also aus den Hochkulturen des Zweistromlandes, Ägyptens, Griechenlands und Roms nach Abbildungen der Pute suchen. Hühner oder Gänse dagegen sind oft auf antiken Grabzeichnungen und Tonkrügen zu finden. Ebenso wenig wird die Pute von Schriftstellern der Antike erwähnt. Der Grund: Die Pute ist eines der wenigen Haustiere, die den altamerikanischen Hochkulturen entstammt. Auf anderen Kontinenten hat sie sich erst im späten Mittelalter verbreitet. Schon in vorgeschichtlicher Zeit waren bei den Indianern wilde Truthühner bekannt waren. Die ältesten Funde stammen aus Mexiko und datieren etwa 500 vor Christus. Cortez, der Eroberer Mexikos, soll bei seinen Streifzügen auf den Wirtschaftshöfen der Paläste Montezumas mehrere Tausend gezähmte Truthühner gesehen haben. Wie überliefert, mussten an den Hof des Aztekenherrschers jährlich etwa 7000 Puten geliefert werden. Ende des 15. Jahrhunderts gelangten Puten erstmals von Amerika nach Spanien, in Deutschland sind sie als Hausgeflügel Ende des 16. Jahrhunderts bekannt. Puten waren um 1560 in Italien so kostbar waren, dass sie nur bei besonderen Gelegenheiten auf einer Festtafel angeboten wurden. Amerika ist das einzige Land, in dem man Puten heute noch wild antrifft. Die Wildart ist vom nördlichen Pennsylvanien bis nach Südmexiko verbreitet.

Die Pute und Thanksgiving

Thanksgiving ist das amerikanische Erntedankfest. Es ist vielen Amerikanern als Familienfeiertag noch wichtiger Weihnachten. 1823 erklärte Präsident Abraham Lincoln „Thanksgiving“ zum nationalen Feiertag. Gefeiert wird er jeweils am vierten Donnerstag im November. Meist wird das Jahr 1621 als Ursprung der Thanksgiving-Tradition genannt. Christliche Einsiedler hatten in Plymouth/ Massachusetts mit Hilfe der Indianer im Jahre 1621 ihre Felder bestellt, nach der ersten Ernte dankten sie ihnen mit einem großen Fest. Angeblich kamen so viele Indianer, dass Häuptling Massaoit seine Leute aufforderte zu jagen und eigenes Essen zu holen. So kamen traditionelle Speisen der Indianer wie wilder Truthahn, Süßkartoffeln, Maisbrot und Beeren auf den Tisch. Heute serviert man zum gefüllten Truthahn Süßkartoffeln und Preiselbeersauce.

Geflügelmast in der konventionellen Landwirtschaft

Die konventionelle **Putenmast** ist auf eine optimierte Produktion ausgerichtet. In ihr werden ausschließlich so genannte Hybrid-Puten eingesetzt. In der Regel werden sie zu mehreren hundert Tieren im Stall gehalten (Einstreubodenhaltung). Gemäß des errechneten Platzbedarfs dürfen in der Startphase der Mast pro Quadratmeter 10 Tiere gehalten werden. Am Ende der Mast stehen die Tiere allerdings relativ eng: 3 Hähne bzw. 5 Hennen teilen sich einen Quadratmeter Fläche. Die modernen Züchtungen zeichnen sich dadurch aus, dass die Tiere sehr schnell zunehmen, in der Regel liegt die Tageszunahme bei 100 Gramm. Die männlichen Tiere werden 22 Wochen alt, die weiblichen nur 16 Wochen.

Enten und Gänse werden im Freiland gehalten, da sie gute Grasverwerter sind. Üblich ist die so genannte Langmast der Tiere, die von Mai bis Dezember dauert. Am Ende erhalten die Tiere Hafer und Getreideschrot. Diese Mastform gilt als relativ preiswert. Die meisten in Deutschland verzehrten Gänse stammen aus Ungarn und Polen. Der Mäster erhält pro Tier mindestens etwa 40 Euro. Für Tiere aus ökologischer Haltung erzielt er 60 bis 70 Euro. Eine Gans wiegt im Durchschnitt 4 bis 6 Kilo. Das Stopfen von Gänsen ist seit 1972 per Tierschutzgesetz verboten. Nur noch in Frankreich und Ungarn ist das Stopfen zur Gänseleberproduktion erlaubt. Das Stopfen von Bratgänsen ist grundsätzlich verboten.

Perlhühner sind eine sehr alte Hühnerrasse. Die Tiere stammen ursprünglich aus Afrika, in Ägypten gilt das Perlhuhn als heilig. Die Vögel sind sehr schreckhaft und scheu. Das Fleisch der Tiere gilt als Delikatesse: Es besitzt eine sehr dünne Haut und hat einen leichten Wildgeschmack. Die Aufzucht der Tiere wird im Moment wieder sehr propagiert, da Perlhühner ein lukratives Nischenprodukt bilden. Der Nachteil bei der Haltung der Tiere ist, dass sie sich sehr laut äußern. Außerdem benötigen die Tiere sehr viel Auslauf.

Früher setzte man in der Geflügelmast zuweilen prophylaktisch Tierarzneimittel ein, das ist seit einigen Jahren nicht mehr erlaubt. Seit 1.1. 2006 gilt außerdem innerhalb der EU das so genannte „Lebensmittel-Futtermittel-Hygiene-Recht“. Die Auflagen zur Produktion von so genanntem Medizinalfutter sind so hoch, dass Futtermittelfirmen dieses nicht mehr herstellen.

Medizinalfutter enthalten Antibiotika, Säuren etc. Die Geflügelskandale der vergangenen Jahre waren immer Antibiotika – bzw. Hormon – Skandale. Der Einsatz von Hormonen ist seit 30 Jahren verboten. Hormone als Zusatzstoffe im Futter bewirken, dass die Tiere schneller wachsen, mehr Fleisch und weniger Fett ansetzen.

Einige Zahlen

Die Deutschen verzehren von Jahr zu Jahr mehr Putenfleisch. Vor 30 Jahren aßen wir davon pro Jahr noch weniger als ein Kilogramm Heute liegt der Pro- Kopf -Verbrauch bei 6,5 Kilo. Die Vorzüge des Fleisches sind folgende: Es ist sehr mager und extrem preiswert. Doch auch insgesamt gesehen ist der Verzehr von Geflügelfleisch gestiegen: Wir essen durchschnittlich 17, 7 Kilogramm Geflügel pro Jahr. Im Jahr 2000 aßen wir sogar erstmals mehr Geflügel als Rindfleisch. Das hat zum einen damit zu tun, dass Geflügelfleisch vom Verbraucher als sehr gesund beurteilt wird, zum anderen liegt es am Preis. Denn Geflügel kann sehr kostengünstig produziert werden. Das wiederum hängt damit zusammen, dass bei der Mast pro Tier weniger Stallraum und auch weniger Betreuung nötig ist als bei anderen Tierarten. In der wirtschaftlichen Geflügelproduktion wird knallhart kalkuliert: Pro Kilo Lebendgewicht erhielt in diesem Jahr ein Putenmäster lediglich knapp 90 Cent. Für Putenfleisch von konventionell gemästeten Tieren zahlt der Verbraucher an der Fleischtheke dann etwa 6 – 7 € pro Kilo Brustschnittel, im Bioladen muss

er etwa 12 € pro Kilo bezahlen müssen.

Pute und anderes Geflügel in der Küche

Pute und Hähnchen sind in der Küche sehr beliebt. Das Fleisch dieses Geflügels besitzt einen relativ neutralen Geschmack. Das hat den Vorzug, dass sich aus ihm zahllose Gerichte herstellen lassen, die vom Schnitzel bis zum Gulasch reichen. Aufgrund seiner Nährstoffzusammensetzung gilt Geflügelfleisch als ausgesprochen gesund. Es enthält viele wichtige Nährstoffe wie Eiweiß, Vitamine und Mineralstoffe. Der Anteil an ungesättigten Fettsäuren, die für eine gesunde Ernährung wichtig sind, liegt bei 50%. Das Eiweiß wird als biologisch hochwertig eingestuft. Der hohe Eisengehalt deckt je nach Geflügelart einen wesentlichen Teil unseres Tagesbedarfs. Außerdem enthält Geflügelfleisch viele Vitamine der B – Gruppe. Es gilt als besonders mageres Fleisch. Das reine Muskelfleisch ist bei allen Geflügelarten extrem fettarm: es enthält weniger als 1 Prozent Fett. Das Fett von Gans und Ente findet sich fast ausschließlich in den Flomen (Flomen sind Fettstücke, die in der Bauchhöhle sitzen) und im Fett, das unter der Haut sitzt. Ein Großteil des Unterhautfettes tritt beim Garen aus. Der tatsächliche Fettgehalt liegt in verzehrfertigem Geflügel also unter dem des rohen Geflügels. Die Zubereitung hat ebenfalls Einfluss auf den Fettgehalt: Frittieren erhöht den Fettgehalt erheblich, noch größer ist die Fettaufnahme beim Braten und Frittieren von panierten Teilstücken.

Geflügelteilstücke sollte man, wenn es möglich ist, mit Haut kaufen. Sie schützt beim Braten oder Grillen das Fleisch vor dem Austrocknen. Es empfiehlt sich, Geflügel bei geringer Temperatur zu garen: Der Backofen sollte bei allen Geflügelarten nicht heißer als 160 Grad sein. Eine ganze Pute (Gewicht 16 – 18 Kilo) sollte bei einer Temperatur von etwa 110 Grad 5 bis 7 Stunden im Ofen bleiben. Eine Gans (etwa 4 Kilo) sollte bei maximal 140 Grad zwei bis zwei ein halb Stunden im Ofen bleiben. Sie sollte jede Viertelstunde begossen und jede halbe Stunde einmal gedreht werden. Was für Gänse gilt, gilt auch für Enten: beide sollten immer auf der Keulenseite gebraten werden. Das hat folgenden Grund: Die Keulen brauchen am längsten zum Garen. Auf diese Weise bleibt außerdem die Brust schön saftig. Erst in der letzten halben Stunde dreht man das Geflügel auf den Rücken, damit die Brust nun Farbe annehmen kann und schön knusprig wird. Übrigens sollte Beifuss bei Gans und Ente nicht fehlen. Das Gewürz enthält ein Enzym, das das Fett wesentlich

bekömmlicher macht. Gewürzt werden sollten Gans und Ente lediglich mit Salz & Pfeffer, damit der der produkteigene Geschmack bewahrt wird.

Rezepte von Küchenmeister Klaus Masjosthusmann

Strudel von der Meierhof-Freilandpute mit lauwarmem Rotkohlsalat (Für 4 Personen)

Strudelteig

- 150 g Mehl
- 1 EL Öl
- 1 Eigelb
- ca. 60 g lauwarmes Wasser
- ½ TL Essig
- 100 g flüssige Butter
- oder fertiger Filoteig aus dem Feinkosthandel

Putenfüllung

- 0,5 kg Oberkeule von der Meierhof-Freilandpute mit Haut ohne Knochen
- 1 Gemüsebund, 1 Gemüsezwiebel
- Salz, Lorbeer, Nelke, Pfeffer weiß
- Feine Würfel von 4 Schalotten
- 50 g gehackte Haselnüsse
- Würfel von 4 Scheiben Toastbrot (ohne Rinde), Butter
- Würfel von 1 Apfel (Boskop oder Cox Orange)
- 2 Eigelb
- Gehackte Petersilie
- Salz, Pfeffer

Rotkohlsalat

- 500 g feinste Rotkohlstreifen
- Würfel von 2 Schalotten
- 0,2 l Putenbrühe
- Rosa Pfeffer, geschrotet (ca. 20 Beeren)
- Salz, Pfeffer, Zucker
- Rotweinessig
- Traubenkernöl

Das **Putenfleisch** am Vortag mit dem Gemüsebund, der Gemüsezwiebel und den Gewürzen bei schwacher Hitze, mit Wasser bedeckt garen.

Aus den Zutaten für den **Teig** einen geschmeidigen Strudelteig kneten, der bei Zimmertemperatur mindestens eine halbe Stunde ruht.

Die Toastwürfel in einer Pfanne mit der Butter rösten.
Die gehackten Haselnüsse in derselben Pfanne im Anschluss ebenfalls rösten.

Das gekochte Putenfleisch würfeln und mit den übrigen Zutaten zu einer lockeren Masse mischen, die mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt wird.

Den **Strudelteig** auf einem mit Mehl bestreuten Küchentuch so dünn wie möglich zu einem Rechteck ausrollen und anschließend über die Handrücken ziehen, damit er sehr dünn wird und mindestens die Größe eines Backbleche bekommt. Den Teig auf dem Tuch belassen und mit der Hälfte der flüssigen Butter, vorsichtig, bestreichen.

Die **Putenfüllung** gleichmäßig auf dem gebutterten Teig verteilen und mit Hilfe des Tuches zu einem Strudel aufrollen. Anschließend den Strudel vom Tuch auf ein mit Backpapier belegtes Blech gleiten lassen und mit der restlichen Butter bestreichen.

Den **Strudel** im vorgeheizten Backofen bei 190° Celsius goldbraun backen (ca. 12 min.).

Für den **Rotkohlsalat** wird etwas Traubenkernöl in einem großflächigen Topf/Pfanne erhitzt und darin die Rotkohlstreifen kurz bei starker Hitze angeschwitzt. Die Rotkohlstreifen mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und mit der Putenbrühe ablöschen und bei reduzierter Hitze solange auf der Flamme garen, bis die Flüssigkeit fast vollkommen verdampft ist. Die Rotkohlstreifen in eine Schüssel umfüllen und mit den Schalottenwürfeln, Rotweinessig, erneut etwas Traubenkernöl und dem Rosa Pfeffer marinieren.

Nach kurzem Abkühlen den Salat zusammen mit dem portionierten Strudel anrichten und servieren.

**Brust von der Meierhof-Poularde mit Maronen gefüllt,
Rosenkohlblätter und Herzoginkartoffeln**
(Für 4 Personen)

Gefüllte Poulardenbrust

- 800 g Brust von der Meierhof-Poularde mit Haut, ohne Knochen
- Salz, Pfeffer
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 Zweige Thymian
- Bratfett
- 50 g Butter
- 50 g Eigelb (2 Stck.)
- 50 g gekochte, gehackte Maronen
- 50 g Toastbrot o. Rinde

Rosenkohlblätter

- 1 kg Rosenkohl
- Butter
- 0,05 l Geflügelbrühe
- 100 g geschlagene Sahne
- Salz, Pfeffer, Muskat

Herzoginkartoffeln

- 800 g geschälte Kartoffeln
- 100g flüssige Butter
- 6 Eigelb
- Salz, Muskat

Für die **Herzoginkartoffeln** die geschälten Kartoffeln in reichlich Salzwasser garen. Die gekochten Kartoffeln heiß durch ein feines Sieb streichen und mit der flüssigen Butter und 4 Eigelben verrühren. Die Masse mit Salz und Muskat abschmecken und mit einem Spritzbeutel und Sterntülle auf ein mit Backpapier belegtes Blech 3 cm hohe Rosetten dressieren. Die restlichen zwei Eigelb mit etwas Wasser verquirlen und damit die Herzoginkartoffeln bestreichen.

Für die **Maronenfüllung** werden die Toastbrotsciben gewürfelt und die Würfel in einer Pfanne mit wenig Fett geröstet. (Die Toast- und Maronenwürfel müssen so fein sein, dass sie später durch die kleine Lochtülle eines Spritzbeutels passen.)

Die Butter wird mit etwas Salz und Pfeffer mit dem Handrührgerät schaumig geschlagen. Unter die schaumige Butter werden nacheinander die zwei Eigelb gerührt.

Dieser Masse werden die abgekühlten Toastbrotwürfel und die gehackten Maronen zugefügt.

Mit einem Ausbeinmesser wird vorsichtig eine Tasche in die **Poulardenbrust** gestochen, so dass das Messer an der spitzen Seite der Brust nicht wieder herauskommt. In diese Tasche wird mit einem Spritzbeutel die Maronenmasse gedrückt. Die gefüllten Poulardenbrüste beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne zunächst von der Hautseite anbraten. Für ein noch feineres Aroma geben sie auch den Knoblauch und die Thymianzweige in die Pfanne.

Die äußeren Blätter der **Rosenkohlköpfe** werden entfernt und anschließend der Strunk kegelförmig herausgeschnitten, so dass man die einzelnen Blätter des Kohlkopfes einfach ablösen kann. Die Rosenkohlblätter werden in reichlich kochendem Salzwasser kurz blanchiert und in Eiswasser abgeschreckt.

Soweit die Vorbereitungen.

Zur Vollendung werden die **Herzoginkartoffeln** zusammen mit den angebratenen Poulardenbrüsten für ca. 15 min., bei 180° Celsius in den vorgeheizten Backofen geschoben.

Die abgetropften **Rosenkohlblätter** in einem Topf mit etwas Butter anschwitzen und bald mit der Geflügelbrühe ablöschen. Kurz vor dem Servieren die geschlagene Sahne unterheben und mit den Gewürzen abschmecken. Die Poulardenbrust zum Servieren in 3-4 gleichmäßige Scheiben tranchieren und auf den Rosenkohlblättern anrichten. Die gold-gelb gebackenen Kartoffeln dazu servieren.

Buchtipps (redaktionelle Auswahl)

Werner Bessei:
Bäuerliche Hühnerhaltung. Junghennen, Legehennen, Mast
Ulmer Verlag, 1999

Marie-Theres Estermann
Hühner, Gänse, Enten
Ulmer Verlag, 2006

Raimund Tüller
Alternativen in der Geflügelhaltung
Ulmer Verlag, 1999

Kochen:

Tanja Dusy
Ente & Gans knusprig gebraten
GU Extra, 2003

Moderation: Claudia Wiese
Recherchen: Sabine Jäger
Redaktion: Jürgen Orthaus