

GALLOWAY

GENUSSFLEISCH



Bundesverband Deutscher
Galloway-Züchter e.V.





GALLOWAYFLEISCH
das Experiment mit Genuss



VORWORT

Liebe Genießer,

wir befinden uns in einer Zeit, in der viele Menschen die Welt erkunden und fremde Kulturen und Gewohnheiten kennenlernen. Alternativ wollen viele Menschen das Gute aus unserer Historie erhalten. Sie suchen nach Wegen, die uns anvertrauten Ressourcen zu schützen und sich gesund zu ernähren. Ein gutes Stück Fleisch gehört zu einer ausgewogenen und gesunden Ernährung.

Wir möchten Ihnen in dieser Broschüre die Vorzüge des Gallowayfleisches vorstellen. Dabei beleuchten wir die naturnahe Produktion dieses schon von den

Römern bevorzugten Rindfleisches von der Entstehung über die Verarbeitung bis hin zum Genuss. Lassen Sie sich entführen in ein Erlebnis, Fleisch von einer ganz anderen Seite kennenzulernen. Lassen Sie Ihrer Neugier auf Experimente der Kochkunst freien Lauf. Erleben Sie unser hervorragendes Gallowayfleisch in seiner ganzen Vielfalt.

Herzlich willkommen beim Galloway-Genussfleisch.

Mit freundlichem Gruß

Georg Menke

BDG-Vorsitzender

GALLOWAY
IN DEUTSCHLAND





EINE GROSSE HISTORIE

Schon im 2. Jahrhundert nach Christus beschreiben römische Heerführer ein kleines, gedrungenes, schwarzes, langhaariges und hornloses Rind mit sehr feinem wohlschmeckendem Fleisch, welches sie während des Baues des Hadrianwalles genossen.

Diese robuste Rinderrasse hat sich bis in die heutige Zeit unter Erhaltung des ursprünglichen Herdenverhaltens und seines besonderen Verhältnisses zum Menschen durchgesetzt.

Das Galloway stammt ursprünglich aus dem Südwesten Schottlands, aus einer Region mit rauem, windigem und nassem Klima. Es gilt als älteste Fleischrinderrasse der Britischen Inseln. Vereinzelt gab es die Tiere in Norddeutschland schon in der Mitte des 19. Jahrhunderts, aber erst 1973 wurden größere Tierzahlen nach Deutschland importiert.

Anfang der 80er Jahre setzte dann ein wahrer Boom in der Gallowayhaltung ein.



LANDSCHAFTSSCHUTZ

Wo immer Sie auf Landschaftsschutzprojekte stoßen, sind Galloways gefragt.

Galloways sind eine Rinderrasse, die sich in der ganzjährigen Weidehaltung bewährt hat. Wenn sie trockene Liegeflächen und einen Windschutz haben, brauchen sie keine Stallungen. Sie sind für Landschaftsschutzmaßnahmen somit geradezu prädestiniert.

Die Robustheit der Rasse Galloway versetzt sie in die Lage, sich bei Wind und Wetter in einer offenen Weidelandschaft ganzjährig aufzuhalten. Sie sind anspruchslos. Ihre Genügsamkeit,

selbst mit dem absoluten Grundfutter das von den Kunden so begehrte hochwertige Fleisch zu produzieren, hat vielerorts überzeugt, sich im Landschaftsschutz für diese Rasse zu entscheiden.

Das Gallowayrind hat sich seinen uralten Herdentrieb mit allen Vorteilen, die sich daraus für den Einsatz in Landschaftsschutzgebieten ergeben, bis heute erhalten. Ihre Vertrautheit dem Menschen gegenüber ermöglicht auch eine Haltung auf Flächen, die sich Mensch und Tier teilen sollen.

Im AID-Informationdienst 05/2003 schreibt **Frau Prof. Dr. Ingrid Seuß-Baum**, Fachbereich Lebensmitteltechnologie an der HS Fulda (Auszug)

Das Interesse der Bevölkerung an Ernährungsfragen hat in den letzten Jahren stetig zugenommen. Hauptdiskussionspunkt beim Fleischkonsum ist die damit einhergehende Kritik an Fett und Cholesterin. Die Kritik richtet sich sowohl auf den Fettgehalt von Fleisch und Fleischerzeugnissen als auch auf die Zusammensetzung der Fette, sprich das Fettsäuremuster.

Beim Rind enthalten die mageren Fleischstücke wie Hüfte, Filet und Roastbeef nur zwischen 2,4 und 4,5 g Fett pro 100 g Fleisch.

Hohe Mengen an gesättigten Fettsäuren (Laurin, Myristinsäure, Palmitinsäure) haben einen cholesterinerhöhenden Effekt, während gesättigte Stearinsäure diese Werte unbeeinflusst lässt. Bei der einfach ungesättigten Ölsäure und bei mehrfach ungesättigten Fettsäuren, wie Linolsäure, wurde dagegen eine cholesterinsenkende Wirkung beobachtet. Entgegen der weit verbreiteten Meinung, dass tierisches Fett vor allem gesättigte Fettsäuren enthält, sind je nach Tierart und Fettgewebe mehr als die Hälfte der im Fleisch enthaltenen Fettsäuren ungesättigt.

Das intra- und intermuskuläre Fett besteht vorwiegend aus einfach ungesättigten Fettsäuren (z.B. Ölsäure). Omega-3-Fettsäuren erlangen neue Aktualität.

Fettsäuren verschiedener Futtermittel

Von **Dr. Bертold von Fischer**, Swiss Galloway Assoc.

Gras hat mit 45-50% den weitaus größten Gehalt aller Futtermittel an Linolen. Wenn wir das Verhältnis von Linolsäure im Grünfutter betrachten, kommen wir auf einen gesundheitlich ausgezeichneten Wert von 1 : 0,25.

Beim Kraftfutter ist das Verhältnis gerade umgekehrt. Auf 5 mg Linolensäure (Omega-3-Fettsäure) fallen 47,4 mg Linolsäure (Omega-6-Fettsäure), was dem ungünstigen Verhältnis von 1 : 9,5 entspricht. Beim Heu ist das Verhältnis mit 1 : 1,5 etwas ausgewogener. Noch günstiger schneidet die Anwelk-Silage mit 1 : 0,32 ab.

Fettsäurezusammensetzung verschiedener Futtermittel

Tabelle nach Prof. K. Ender, Fleischrinderjour. 1/2001

	Om.3-Fetts.	Om.-6-Fetts.	Om-3:Om-6
Kraftfutter	5,0	47,4	1 : 9,5
Heu	17,6	20,4	1 : 1,15
Anwelksilage	41,8	13,7	1 : 0,32
Grünfutter	57,4	14,6	1 : 0,25

Die Konsequenz daraus ist, dass dort, wo Galloways ausschließlich mit Grasprodukten ernährt werden, hochwertiges und besonders gesundes Fleisch produziert wird.



DIE SCHLACHTUNG

- Gallowayzüchter garantieren ein schonendes Verladen mit geeigneten Fangvorrichtungen und –Anhänger.
- Kurze Wege zum Schlachter und Tötung ohne Wartezeit
- Die Innereien wie Leber, Nierchen, Zunge werden direkt nach der Veterinärabnahme entnommen und verarbeitet. Daraus entstehen ganz besondere Köstlichkeiten nach alten Rezepten und mit ganz neuen Ideen.

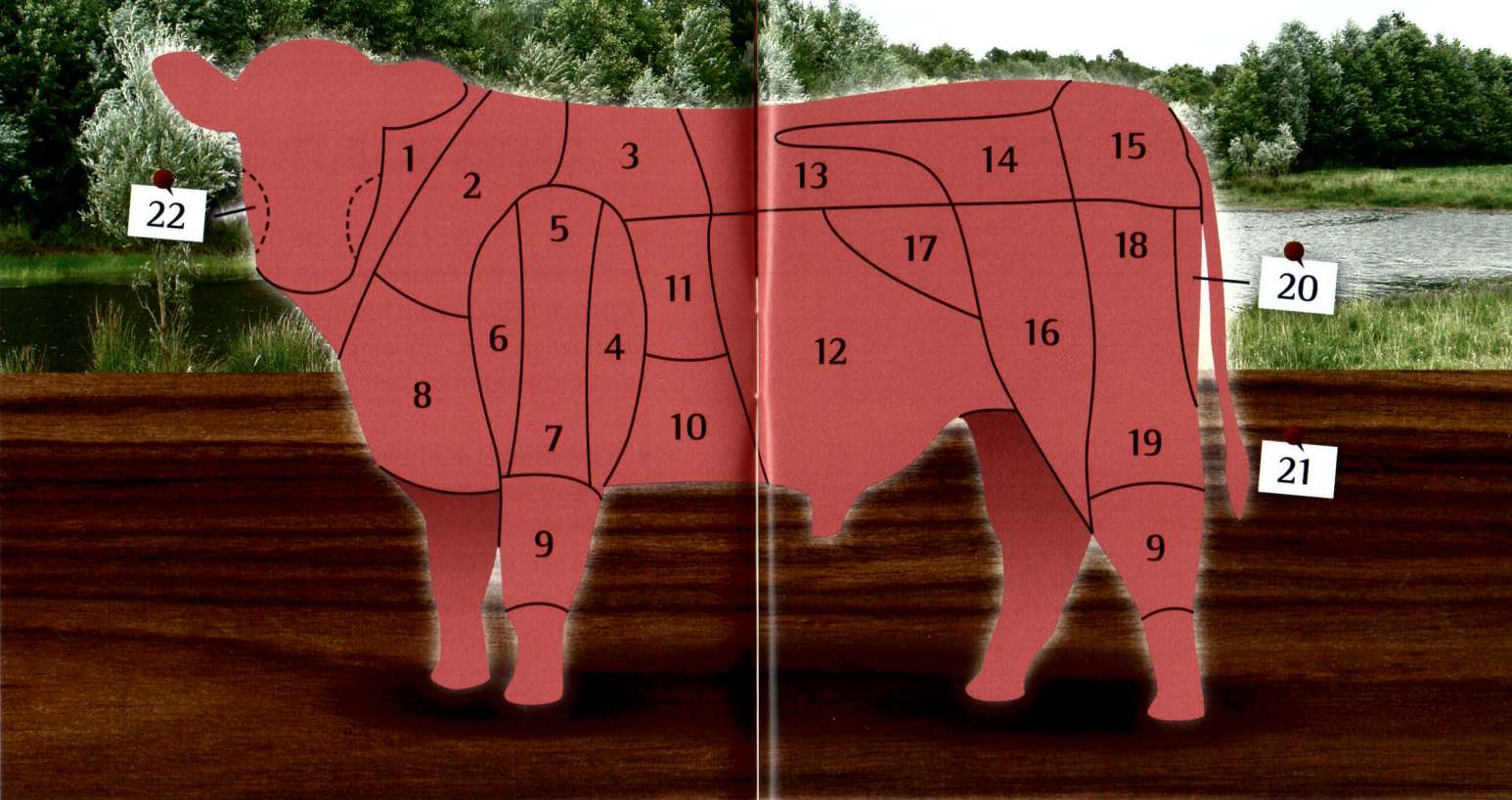
**GUT GEREIFTES FLEISCH,
ERSTKLASSIG ZERLEGT!
SICHERT DIE QUALITÄT. ■**

Zerlegung nach vereinbarten Regeln

Nach der Kühlzeit erfolgen die Grobzerlegung und danach die Feinzerlegung. Hierfür finden zwischen Schlachtbetrieb und Züchter klare Absprachen statt, um eine optimale Qualität zu erreichen.

- Jeder Muskel wird einzeln herausgearbeitet, die Spitzen gehen ins Gulasch, damit ein kompaktes Bratenstück entsteht.
- Am Tage der Zerlegung erhält unser Kunde sein Gallowayfleisch unter konsequenter Einhaltung der Kühlkette.





DIE FEINZERLEGUNG

Die Feinzerlegung erfolgt immer nach der Best-Praktik-Methode des guten Handwerkes.

Besuchen Sie uns im Internet unter

www.galloway-genussfleisch.de



- | | |
|------------------|-------------------|
| 1 Nacken | 12 Spannrippe |
| 2 Fehlrippe | 13 Roastbeef |
| 3 Hohe Rippe | 14 Filet |
| 4 Dicker Bug | 15 Hüfte |
| 5 Mittelbug | 16 Kugel |
| 6 Falsches Filet | 17 Tafelspitz |
| 7 Schaufelstück | 18 Oberschale |
| 8 Brustspitze | 19 Unterschale |
| 9 Beinscheibe | 20 Schwanzrolle |
| 10 Brustkern | 21 Ochsenfleisch |
| 11 Querrippe | 22 Rinderbäckchen |

DER SCHULTERBRATEN



ZUTATEN

1kg mageres Rindfleisch (Schulter)	350 ml französischer roter Burgunderwein
Salz	2 Lorbeerblätter
Pfeffer	2 EL getrockn. Thymian
4 EL Öl	1 Prise Zucker
250 g Zwiebeln	20 ml Cognac oder Weinbrand
4 Möhren	Petersilie
1/8 Knollensellerie	1L Brühe / Fond
1 Stange Lauch	
1-2 TL Tomatenmark	



Galloway-Boeuf bourguignon

Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Bräter in heißem Öl rundum anbraten.

Zwiebeln abziehen, Möhren und Sellerie schälen. Alles in grobe Würfel bzw. Scheiben schneiden. Lauch putzen, waschen, in Ringe schneiden, Fleisch herausnehmen. Gemüse bei mittlerer Hitze anbraten, Fett abschütten, Tomatenmark unterrühren, Fleisch auf Gemüse legen. Mit Rotwein ablöschen und einköcheln lassen. Lorbeerblätter, Thymian, Zucker hinzufügen, 1L Brühe / Fond hinzugeben. Braten 45 Minuten zugedeckt bei kleiner Hitze schmoren lassen.

Cognac zugeben und alles zugedeckt weitere 45 Minuten schmoren lassen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleisch in Scheiben schneiden, mit Schmor Gemüse und Sauce anrichten, mit Petersilie bestreut servieren. Dazu passt Kartoffelpüree.

DAS ROASTBEEF



Das Roastbeef, auch Rostbraten oder Lende genannt, ist ein Teilstück des Hinterviertels vom Rind. Es ist die äußere Lendenmuskulatur, die von den Lenden- und den letzten Brustwirbeln gelöst wird. Das Roastbeef wird in der Regel am letzten Lendenwirbel vom Schwanzknochen getrennt. Neben dem Filet gehört das Roastbeef zu den zartesten, gefragtesten und wertvollsten Fleischteilen des Rindes. Roastbeef ist gut marmoriert, beim hohen runden Roastbeef ist der Fettanteil etwas höher als beim flachen Roastbeef.

ZUTATEN

1 kg flaches Galloway-Roastbeef.

KRÄUTERKRUSTE:

3 Zweige Thymian	3 Zweige Rosmarin
1 Bund Petersilie	1 Bund Schnittlauch
100 g weiche Butter	75 g Paniermehl
Salz, Pfeffer	2 EL Olivenöl
etwas feiner Essig	

Dazu passen Strauchtomaten.



Galloway-Roastbeef im Kräutermantel

Backofen auf 250° vorheizen. Für die Kräuterkruste die Kräuter fein hacken und mit Butter und Paniermehl vermengen. Salzen und pfeffern. Das Fleisch rundherum salzen und pfeffern. Das Öl in einem Bräter stark erhitzen. Fleisch von allen Seiten scharf anbraten, anschließend oben mit der Kräutermasse bestreichen. Im heißen Backofen bei 250° etwa 15 Minuten braten, dann auf 200° zurückschalten und etwa 15 Minuten weiterbraten. Dann Backofen ausschalten und das Fleisch noch 10 Minuten im Backofen garen. Herausnehmen - der Kern ist jetzt noch rosa. (Jedes weitere halbe KG braucht eine um etwa 5 Minuten längere Bratzeit.) Das Fleisch locker in Alufolie wickeln und etwa 10 Minuten ruhen lassen. Das Roastbeef vor dem Anschneiden mit etwas Olivenöl und Essig beträufeln, mit den Tomaten servieren. Dazu passen Petersilienkartoffeln und ein mittelschwerer Rotwein. TIPP: Die Kräuterkruste am Vortag fertig zubereiten, in einen Gefrierbeutel geben und die Masse glatt ausstreichen, etwa in Größe des Roastbeefs. Beutel verschließen und kalt stellen. Bevor der Braten in den Ofen kommt, die Kräuterplatte auflegen. Dazu den Gefrierbeutel aufschneiden und die Kräuterplatte in einem Stück auf das Roastbeef legen.

DAS FILET



Länglicher Muskelstrang, der sich im Lendenbereich auf beiden Seiten der Wirbelsäule entlangzieht. Weil dieser Muskel von den Schlachttieren kaum betätigt wird, ist das Fleisch besonders zart, mager und saftig. Da Filets nur einen sehr kleinen Anteil der gesamten Muskelmasse eines Schlachttiers ausmachen, sind sie die teuersten Stücke.

ZUTATEN

500 g Gallowayfilet oder –Roastbeef hauchdünn
geschnitten
1 Rucola
1 Stück Parmesan
2 Zitronen
150 Pinienkerne
Balsamico
Olivenöl extra vergine
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Meersalz
Baguette



Galloway-Carpaccio

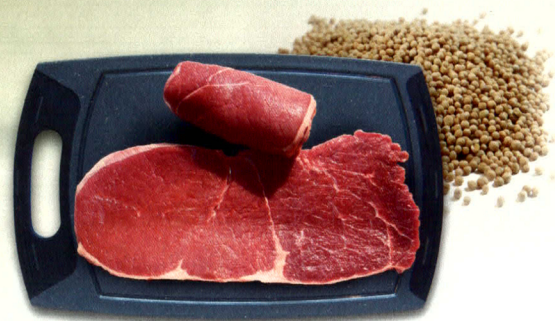
4 Teller mit Balsamico beträufeln und mit einem Pinsel so verteilen, dass der gesamte Teller mit einem dünnen Film versehen ist.

Pinienkerne anrösten und den Rucola waschen.

Nun die dünnen Fleischscheiben auf den Teller legen, die Pinienkerne verteilen und mit Rucola dekorieren. Den Parmesan hauchdünn darüber hobeln. Mit Zitronensaft, Pfeffer und Salz würzen und das Olivenöl darüber träufeln. Man kann auch noch etwas Balsamico dazu geben. Dann sofort mit dem Baguette servieren.

Damit man das Filet ganz hauchdünn schneiden kann, legt man es vorher 1 Stunde in die Gefriertruhe und friert es an. Zum Schneiden braucht man ein scharfes Fleischmesser oder eine Aufschnittmaschine.

DIE ROULADEN



Rouladen werden als dünne Fleischscheiben aus den Edelstücken des Gallowayrindes geschnitten, z.B. aus der Unterschale.

ZUTATEN

Zutaten:

4 Rouladen

1 Tube mittelscharfer Senf

4 Gurken, süß-sauer eingelegt

Pro Roulade 3 Scheiben durchwachsender Speck

Salz und Pfeffer

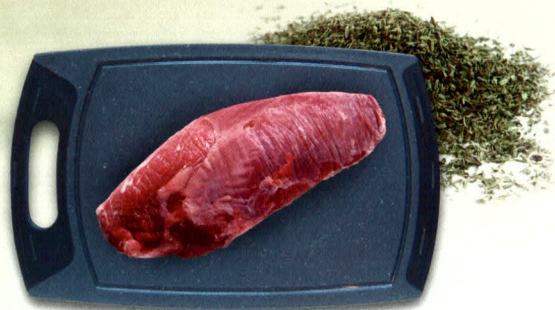


Galloway-Rouladen

Die Rouladen trocken tupfen, salzen und pfeffern und kräftig mit Senf bestreichen. Den durchwachsenden Speck und die Gurke auf die Rouladen legen, zusammenrollen und mit einem Spieß befestigen.

In einer Pfanne Öl erhitzen und die Rouladen rundherum braun anbraten. Etwas Wasser zugießen und 1 Stunde bei zugedeckter Pfanne garen. Kann auch im Backofen bei ca. 180° Umluft garen. Nach dem Herausnehmen der Rouladen kann man die Soße binden. Dazu können grüne Bohnen und Kartoffeln, mit Petersilie dekoriert, gereicht werden.

DAS FALSCHER FILET



Das falsche Filet wird auch Schulterfilet genannt, weil es beim Rind ein Stück der Schulter ist. Aufgrund seiner Form erinnert das „Falsche Filet“ an ein echtes Filet, jedoch ist das Fleisch nicht so hochwertig wie echtes Filet. Es eignet sich nicht zum Kurzbraten, gerne wird es etwa für Sauerbraten benutzt.

ZUTATEN

1 kg Gallowaybraten (das falsche Filet aus der Schulter)

1 EL Senf (Barbecuesenf)	400 ml Galloway-Bratensaft
1 EL Öl (Rapsöl)	aus Gallowayknochen
4 Zweige Rosmarin	150 ml trockener Rotwein
4 Zweige Thymian	1 TL Gelee, rote Johannesbeere
4 Blätter Salbei	1 EL Balsamico
1 TL bunten Pfeffer	(Crema di Balsamico)
8 Körner Piment	1 TL Senf (Barbecuesenf)
6 Wacholderbeeren	Rapskernöl
2 Knoblauchzehen	Salz und Pfeffer
1 Möhre, grob gewürfelt	1 TL Speisestärke

Den Braten mit einem Fleischerfaden leicht zusammenbinden, damit er in Form bleibt.

Für die Marinade Senf, Öl mit den gepressten Knoblauchzehen vermischen und das Fleisch von allen Seiten damit bestreichen. Pfefferkörner, Piment und Wacholderbeeren fein mörsern und den Braten damit rundherum würzen. Die Kräuter ebenfalls gut verteilen, das Fleisch in Alufolie einwickeln, es zusätzlich in einer Plastiktüte gut verschließen und über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.

Am nächsten Tag den Braten von den Kräutern befreien, 2 EL Öl im Bratentopf erhitzen und ihn rundherum kräftig anbraten. Den Braten kurz rausnehmen, evtl. angebrannte Kräuter entfernen. Erneut etwas Öl in dem Bräter erhitzen, das Gemüse kurz anschwitzen, den Braten darauf legen und die Kräuter von der Marinade mit der Knoblauchzehe im Topf verteilen. Alles mit Rotwein und der Hälfte des Bratenfonds ablöschen.

Den offenen Bräter in den auf 80° vorgeheizten Backofen geben und etwa 3 Stunden garen lassen. Hin und wieder mit dem restlichen Bratenfond begießen. Danach die Temperatur für etwa 30 Minuten auf 100° erhöhen, bis die Kerntemperatur des Fleisches im Bratenthermometer 85° erreicht hat.

Anschließend das Fleisch aus dem Topf nehmen, in Alufolie einwickeln und auf einem Teller im ausgestellten Backofen bei offener Tür ca. 10-15 Minuten ruhen lassen. In der Zwischenzeit die Bratflüssigkeit durch ein Haarsieb in eine Stielkasserolle gießen, aufkochen und um etwa ein Drittel reduzieren. Mit Senf, Crema di Balsamico, Johannisbeergelee, Pfeffer und Salz abschmecken. Evtl. mit der Speisestärke, in 2 TL kaltem Wasser verrührt, binden.

Als Beilage Salzkartoffeln oder Spätzle und Gemüse der Saison.

DAS BEEFSTEAK



Als Beefsteak werden Scheiben aus dem Filet, aus dem Roastbeef und aus der Hüfte (Schwanzstück) von Rindern bezeichnet. Sie werden blutig bis rosa gebraten oder gegrillt.

ZUTATEN

160 g Beefsteak oder Filet vom Galloway

½ TL Petersilie	½ TL Schalotten, fein gehackt
1 Eigelb	2 Spritzer Tabasco
1 TL scharfer französischer Senf	Salz und Pfeffer
½ TL Paprikapulver, edelsüß	1 TL Gewürzgurken (Cornichons) fein gehackt
½ TL Kapern, gehackt	1 Sardellenfilet fein gehackt
½ TL milder Rotweinessig	
2 Spritzer Worcestersauce	

Evtl. mit etwas Cognac, Calvados oder Wodka abschmecken, Evtl. etwas Olivenöl hinzugeben



Beefsteak Tatar vom Galloway

Das Fleisch fein in kleine Würfel zerschneiden, die etwa die Größe 7 mm im Quadrat haben. Nicht durchdrehen, da es dann eine Mousse ergibt und breiig und unansehnlich wird. Die Konsistenz ist bei gutem Tartar ein Qualitätsmerkmal.

Das Eigelb in eine Schüssel geben und dann die Schalotten, Petersilie, die Kapern, Sardellen und Cornichons dazu geben. Mit Hilfe einer Gabel alles gut vermengen um den vollen Geschmack aus den Zutaten heraus zu holen. Jetzt das zerkleinerte Fleisch dazugeben und alles gut miteinander vermengen und mit den restlichen Zutaten abschmecken.

Je nach Geschmack kann man den Tartar mit etwas Cognac, Wodka oder Calvados abschmecken. Wenn das Fleisch zu trocken ist, etwas Olivenöl zufügen. Dazu serviert man warmen Toast.



ZUTATEN

500 g Gallowayfleisch aus Roastbeef, Filetkopf oder anderen Kurzbratenstücken
400 g Frische Pfefferlinge
20 g Getrocknete Steinpilze
1 Bund Frühlingszwiebeln
Rotwein
Sahne
2 mittelgroße Fleischtomaten
Pfeffer
Salz
Glatte Petersilie

Galloway-Geschnetzeltes

Das geschnitzelte Gallowayfleisch würzen und im Kühlschrank 1 – 2 Stunden ziehen lassen.

Den Backofen auf ca. 100° vorheizen und das Gallowayfleisch in einer Pfanne scharf anbraten. Bevor das Fleisch Saft abgibt, aus der Pfanne nehmen und zum warmhalten in den Ofen stellen.

In der heißen Pfanne die Pilze anbraten und die in Stücke geschnittenen Lauchzwiebeln sowie die in Rotwein eingeweichten Steinpilze dazu geben, mit Mehl bestäuben und mit Rotwein und Sahne ablöschen. Das ganze 5 Minuten köcheln lassen und dann die gehäuteten und in kleine Stücke geschnittenen Tomaten dazugeben. Das Ganze kurz erwärmen, dann das Gallowayfleisch dazugeben, noch einmal abschmecken, mit gehackter Petersilie garnieren und sofort servieren. Dazu reicht man je nach Geschmack Nudeln, Spätzle oder Reis.

Tipp: Wenn das Gallowaygeschnetzelte nur kurz angebraten wird bis es gar ist und man es dann warm hält, bleibt es zart. Lässt man es in der Soße mit kochen wird es trocken und zäh.

DER TAFELSPITZ



Tafelspitz - Tri-Tipp - gekocht ist ein typisches österreichisches Gericht. Zusammen mit Wurzelgemüse und Gewürzen in der Brühe wird das Rindfleisch geschmort. Es wird in der Regel mit gerösteten Kartoffeln und einer Mischung aus Hackfleisch / Äpfel und Meerrettich oder saure Sahne vermischt mit Meerrettich serviert. Franz Joseph I., Kaiser von Österreich, war ein großer Liebhaber des Tafelspitz. Tafelspitz gilt als das Nationalgericht von Österreich.

ZUTATEN

750 – 1000 g Tafelspitz vom Galloway
2 - 3 Karotten
1 - 2 weiße Petersilienwurzeln
Reichlich ¼ Sellerieknolle
1 Lauchstange
1 TL schwarze Pfefferkörner
Salz
Muskatnuss gemahlen



Den Tafelspitz vom Galloway trocken tupfen.

Den Tafelspitz in 1 ½ Liter sprudelnd kochendes Wasser einlegen, etwas Salz dazugeben, nochmals einmal aufkochen lassen.

Danach die Temperatur zurückdrehen und den Tafelspitz etwa 1,5 Stunden langsam in der Brühe fast weich kochen lassen.

Nach etwa 90 Minuten Kochzeit die Karotten und die Lauchstange putzen, ein Stück Sellerieknolle schälen. Das ganze Gemüse unzerkleinert in den Suppentopf zum Tafelspitz geben.

Pfefferkörner und gut 1 gehäuften EL Salz oder ¼ Liter Rinderbrühe hinzu geben.

Den Suppentopf mit dem Tafelspitz nochmals gut eine halbe Stunde oder auch etwas länger weiter kochen lassen.

Mit einer Gabel testen, ob er weich genug ist. Den Tafelspitz aus der Brühe nehmen, mit einem scharfen Messer in Scheiben aufschneiden. Darüber mit einem Schöpflöffel etwas Suppenbrühe gießen.

Das Gemüse rings um den aufgeschnittenen Tafelspitz legen und zusammen mit einer Meerrettichsoße oder Sahnemeerrettich und mit frischem Bauernbrot, servieren. Die Fleischbrühe durch ein Sieb abseihen, gut mit Salz und etwas Muskat würzen, zusammen mit hausgemachten Suppennudeln, oder gekauften Suppennudeln aus der Packung, reichlich frisch geschnittenem Schnittlauch oder Petersilie, als Nudelsuppe servieren.



ZUTATEN

- 300 g gekochter Tafelspitz
- 1 rote Zwiebel
- ½ Bund Schnittlauch
- 1 hart gekochtes Ei
- 1 Fleischtomate
- 2 EL Balsamico-Essig
- Salz und Pfeffer aus der Gewürzmühle
- 1 TL mittelscharfer Senf
- 4 EL Olivenöl
- Zum Garnieren:
- 1 Salatgurke
- 8 Schnittlauchstengel
- Etwas Blattsalat z.B. Lollo oder Novita

Kaltes Gericht vom Galloway-Tafelspitz

Den kalten Tafelspitz hauchdünn aufschneiden und 4 Teller damit auslegen. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Den Schnittlauch waschen, trockentupfen und in feine Röllchen schneiden. Das Ei pellen und fein hacken. Die Tomate kurz in kochendem Wasser blanchieren, häuten, halbieren, die Kerne entfernen und das Tomatenfleisch fein würfeln. Alle Zutaten über das Fleisch streuen. Essig mit Salz, Pfeffer und Senf verrühren und mit dem Öl sämig aufschlagen. Eventuell 1 Esslöffel Wasser zugeben. Die Portionen mit dieser Marinade beträufeln. Etwas davon für den Salat aufbewahren. Aus der Salatgurke diagonal lange Scheiben schneiden. Die Schnittlauchstängel kurz in kochendes Wasser tauchen, damit sie sich besser binden lassen. Die Salatblätter waschen und trockenschleudern. Aus dem Salat kleine Sträuße formen, mit den Gurkenscheiben umhüllen und mit dem Schnittlauch zusammen binden. Die Salatbouquets auf den Tellern anrichten und mit der restlichen Marinade beträufeln.

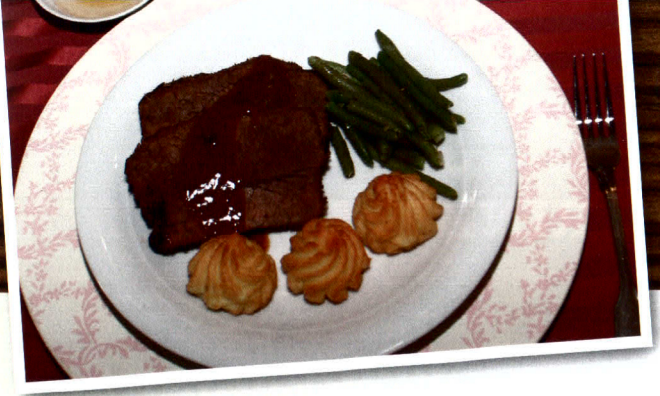
DER KUGELBRATEN



Die Rinder-Kugel oder –Nuss ist ein Stück aus der Keule. Sie besteht aus 3 zarten, feinfaserigen Teilstücken, die relativ fest mit einander verbunden sind. Man kann sie als ganzen großen Braten verarbeiten oder in Teilstücke zerlegen und einzeln zubereiten. Aus den Teilstücken lassen sich sehr gut Schmor- oder Sauerbraten und auch Geschnitzeltes zubereiten.

ZUTATEN

1 kg Galloway-Kugelbraten	
100 g Sellerie	2 Möhren
1 Zwiebel	½ l Glühwein
2 EL Tomatenmark	2 Lorbeerblätter
3 Stangen Zimt	5 Nelken
5 Pimentkörner	5 Korianderkörner
2 EL Honig	1 EL Speisestärke
etwas Salz	schwarze Pfefferkörner
800 g Kartoffeln	20 g Butter
3 Eigelb	etwas Muskat und Salz
600 g grüne Bohnen	1 Zwiebel
20 g Butter	



Galloway-Kugelbraten mit Herzoginkartoffeln

Möhren, Sellerie und Zwiebel grob würfeln und in eine Schüssel zu dem Rindfleisch geben. Piment-, Pfeffer- und Korianderkörner im Mörser zerstampfen und mit dem Zimt, den Nelken, dem Lorbeer und dem Glühwein zu dem Rindfleisch geben und dieses 24 Stunden marinieren. Anschließend das Fleisch heraus nehmen, abtupfen und in einem heißem Bräter mit Bratfett rundum anbraten und danach bei Seite stellen. Die Marinadenflüssigkeit passieren und die Gemüsewürfel in denselben Bräter geben und kräftig anrösten. Tomatenmark zugeben, kurz anrösten und mit ein wenig Marinadensud ablöschen. Wenn diese verkocht ist, den Vorgang ca. zweimal wiederholen.

Danach den Honig zugeben, kurz karamellisieren lassen und das Fleisch mit der restlichen Marinadenflüssigkeit wieder in den Bräter geben und im Ofen bei 120° gute vier Stunden schmoren lassen. Anschließend die Sauce passieren, abschmecken und mit der Speisestärke leicht binden. Für die Herzoginkartoffeln Salzkartoffeln durch die Presse geben, mit Muskat und zwei Eigelb verrühren und in eine Spitztüte füllen. Auf ein Backblech dekorativ spritzen und die Spitzen mit Eigelb bestreichen. Im Ofen kurz bei 180° erwärmen.

Die grünen Bohnen putzen, in Salzwasser abkochen und in Eiswasser abschrecken. Mit fein gewürfelter Zwiebel in der Pfanne mit etwas Butter anschwitzen.

DIE RINDERBRUST



Die Rinderbrust ist ein mäßig durchwachsenes, langfaseriges Teilstück des Vorderviertels vom Rind. Sie liegt unterhalb der Querrippe, von der sie quer zu den Rippen abgesägt wird. Die Form ist vorne schmal und hoch, hinten flach und breit. Rinderbrust wird mit oder ohne Knochen, frisch oder gepökelt angeboten. Sie dient als Kochfleisch für Brühen, Suppen und Eintöpfe oder als Grundlage für regionale Spezialitäten. Die entbeinte Nachbrust wird auch für Rollbraten verwendet.

ZUTATEN

- 1 – 1,5 kg Brustfleisch vom Galloway
- 2 kleine Zwiebeln
- 1 Bund Suppengrün (2 Möhren, 1 Stück Knollensellerie, 2 Porreestangen, Bund Petersilie)
- 2 Knoblauchzehen
- 1 klare Fleischsuppe (im Idealfall Gallowayknochen zur Essenz heruntergekocht)
- 2 Handvoll Nudeln
- 2 Liter Wasser
- Salz und Pfeffer

Die Galloway-Essenz

3 -4 Gallowayknochen mit Restfleisch in kaltes, ganz leicht gesalzenes Wasser geben, 5 – 6 Stunden bei etwas geöffnetem Deckel köcheln lassen, bis sich eine Essenz ergibt. Nur so viel Wasser in einen kleinen Topf nehmen, das die Knochen gut bedeckt sind.

Die Galloway-Kraftbrühe

Galloway-Brustfleisch in kochendes, leicht gesalzenes Wasser geben. Danach die Temperatur zurückstellen und die Suppe zugedeckt ca. 1 ½ Std. köcheln lassen, bis das Fleisch weich ist.

Das Fleisch herausnehmen, etwas abkühlen lassen, in kleine Würfel schneiden und wieder in die Suppe geben. Suppengemüse waschen, putzen und klein schneiden. Möhren und Sellerie in etwa zentimetergroße Würfel schneiden, Porree in etwa ebenso breite Scheiben, Petersilie abzupfen und etwas hacken. Stiele werden mit einem festen Garn in einem Bündel zusammengebunden, mit dem Suppengemüse in die Suppe gelegt. Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Knoblauch in feine Scheiben schneiden und jetzt alles in die Suppe geben. Jetzt die Essenz hinzufügen.

Nachdem die Suppe weitere 20 Minuten geköchelt hat, die Petersiliestengel herausnehmen.

Die Nudeln separat je nach Packungsangabe zubereiten. Die Gallowaysuppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und direkt servieren.

Falls klare Suppe gewünscht, das Gemüse separat garen und unmittelbar vor dem Servieren mit den Nudeln zur Suppe geben.

DIE RINDERLEBER

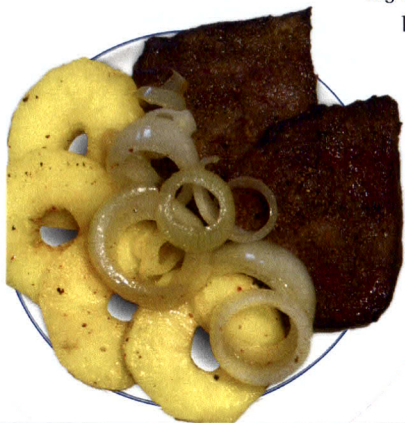


Die Rinderleber ist eines der inneren Organe und hat einen ganz leicht bitteren Geschmack.

Sie wird von Kennern geschätzt und eignet sich für kleine, schmackhafte Häppchen, auch als Vorspeise. Rinderleber enthält große Mengen an Vitamin A, B1 und B2, C und D.

Für 2 Personen ca. 400-500 Gramm ganz dünn geschnittene Gallowayleber, abwaschen, trocken tupfen. Leber mit etwas Pfeffer und Salz bestreuen. Vier mittlere Äpfel schälen, entkernen und in Scheiben schneiden. 4 Zwiebeln schälen und in Scheiben schneiden. Äpfel und Zwiebeln in einer Pfanne mit etwas Olivenöl glasig schmoren und warm stellen.

Leber in dem Sud der Äpfel und Zwiebeln von jeder Seite ganz kurz anbraten. Mit Äpfeln und Zwiebeln zusammen servieren. Wenn gewünscht, passt dazu Kartoffelpüree.



Galloway-Fleischsalat

Haben Sie ein Stück Kochfleisch übrig behalten, nutzen Sie die Möglichkeit, daraus diesen köstlichen Fleischsalat zuzubereiten. Natürlich können Sie auch ein Stück (500 g für 2 Personen) Gallowayfleisch nach den üblichen Rezepten mit Möhren, Sellerie, Lauch und Petersilie kochen. Schneiden Sie den Braten in Scheiben und machen daraus Würfel ca. 1 x 1 cm.

ZUTATEN

1 Bund Petersilie	etwas Joghurt
1 Zwiebel	40 g Kapern
5 Cornichons	12 Oliven
3 EL Olivenöl	1 EL Senf
3 EL weißer Balsamico-Essig	

Alles wird klein gehackt bzw. in Scheiben geschnitten.

Geben Sie die Vinaigrette zu dem Fleisch, verrühren dieses und schon wird es serviert.

Dazu passen dunkles Baguette oder alle anderen italienischen Vorspeisen und ein kühler, trockener Riesling.

DIE RINDERBÄCKCHEN



ZUTATEN

Salz und Pfeffer
Butterschmalz zum Anbraten
3 Möhren
¼ Sellerieknolle
2 Porree
1 Petersilienwurzel oder 1 Bund Petersilie
100 g getrocknete Tomaten (nicht in Öl eingelegt)
1 handvoll getrocknete Steinpilze
dies alles nicht zu grob gewürfelt

Ganze Pfefferkörner, Wacholderbeeren und Pimentkörner leicht angemörsert
2 – 3 Lorbeerblätter
(im Sommer evtl. 1 – 2 Zweige frischen Rosmarin)
1 Zwiebel geschnitten
2 – 3 EL Tomatenmark
ca. ½ Ltr. Rotwein je nach Geschmack
ca. ½ Ltr. Rinderbrühe aus Gallowayknochen zum Ablöschen nach dem Anbraten
Zubereitung wie bei einem ganz normalen Schmorbraten



Galloway-Bäckchen

Butterschmalz auslassen und die leicht mit Pfeffer und Salz gewürzten Gallowaybäckchen dazu geben und gut anbraten. Dann die Bäckchen rausnehmen und in den selben Topf das Gemüse mit den Gewürzen hineingeben und anrösten. Ganz zum Schluss das Tomatenmark mit anrösten.
Dann die Bäckchen wieder mit in den Topf legen und mit Rotwein und Rinderbrühe ablöschen.
Jetzt werden die Bäckchen bei geschlossenem Deckel im Backofen, Umluft 180° gut 2 ½ Stunden gegart.
Für die Soße werden die Bäckchen herausgenommen und warm gestellt. Das geschmorte Gemüse wird durch ein feines Sieb passiert, abgeschmeckt mit einem Schuss Sahne und Preiselbeeren.

Die Gallowaybäckchen werden mit angewärmten Weizen- oder Roggen-Baguette oder mit einer Schnitte grobem, ganz frischen Graubrot serviert.
Zu den Gallowaybäckchen schmecken natürlich auch Petersilienkartoffeln oder Spätzle mit einem kräftigen Rotwein.

DAS RINDER- HACKFLEISCH



ZUTATEN

3 Scheiben Toast
Je 1 gelbe, grüne und rote Paprika
150 g mit Paprika gefüllte Oliven
1 Bund Lauchzwiebeln
1,5 kg Gallowayhack
2 Eier
2 TL Senf
1 EL Tomatenmark
Salz und Pfeffer und Edelsüß-Paprika
375 g Tomaten
2 EL Öl
75 g Creme fraiche
125 ml Chili-Soße
150 g Gouda



Galloway-Pizza

Toast in Wasser einweichen, 2 Zwiebeln schälen und würfeln. Die Paprika halbieren, putzen und waschen. Je ½ gelbe, grüne und rote Paprikahälfte fein würfeln. Die Hälfte der Oliven fein hacken. Lauchzwiebeln putzen, waschen und die Hälfte in feine Ringe schneiden.

Das Brot ausdrücken und mit Hack, Eiern, gehackten Oliven, Senf, Tomatenmark, Salz, Pfeffer und Paprika gut verkneten. Gemüse unterheben.

Gallowayhack auf eine gefettete Pfanne (32x36 cm) drücken, im heißen Ofen (E-Herd bei 225°/ Gas auf Stufe 4) ca. 15 Minuten backen.

Rest Zwiebeln schälen und würfeln. Tomaten und Rest Oliven in Scheiben schneiden. Übrige Lauchzwiebeln in Ringe schneiden. Rest Paprika würfeln. Zwiebeln in heißem Öl anbraten. Paprika und Lauchzwiebeln zufügen und 4 – 5 Minuten mit dünsten. Würzen.

Creme fraiche mit Chili-Soße und 50 ml Wasser verrühren. Tomaten auf die Hack-Masse geben und Soße darüber verteilen. Gedünstetes Gemüse und Oliven auf der Pizza verteilen. Mit Käse bestreuen. Weitere 45 Minuten bei 200° backen. Dazu schmecken Baguette und grüner Salat mit einem frischen, gekühlten Riesling.

DAS RINDERGULASCH



ZUTATEN

- 1 kg Rindfleisch aus der Keule
- 3 mittelgroße Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- ½ rote Paprikaschote
- 1 große mehlig kochende Kartoffel
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Bund Majoran (ca. 10 Zweiglein)
- 350 g passierte Tomaten
- 3 EL konzentriertes Tomatenmark
- 1 EL scharfer Senf
- etwas Salz und Pfeffer
- 2 Msp. edelsüßes Paprikapulver
- 350 ml Gemüsebrühe
- 50 g Butter
- 1 Schuss trockener Rotwein
- Fett zum Anbraten



Das Fleisch komplett von Fett und Sehnen befreien und in circa 2 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebeln, die Paprika und den Knoblauch grob schälen.

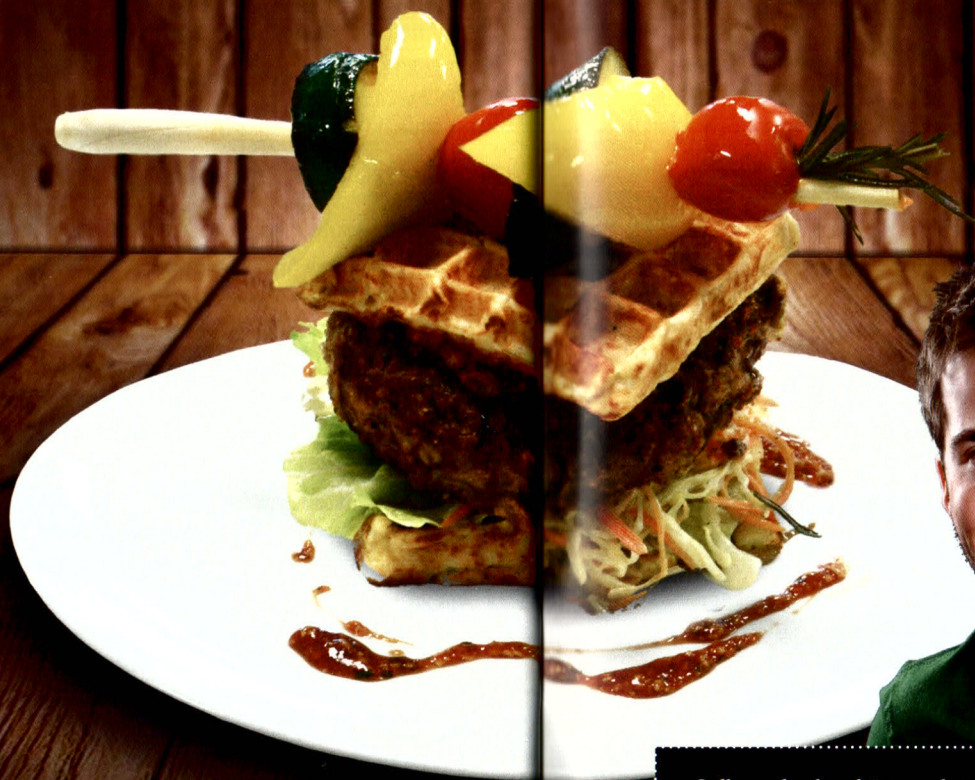
In einem großen Topf reichlich Pflanzencreme erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten, das in Würfel geschnittene Fleisch dazugeben, salzen und weiter dünsten. Sobald die Flüssigkeit fast eingedunstet ist, Paprika und den Knoblauch dazu geben.

Das Paprikapulver und das Tomatenmark dazu geben, schnell umrühren, bis sich erste Röstaromen bilden. Sofort ablöschen mit den passierten Tomaten, der Brühe und dem Wein. Aufkochen lassen, das Fleisch dazu geben, Hitze zurückstellen, so dass es nur noch ganz leicht weiterköchelt. Den Schalensabrieb einer ¼ Zitrone und die kompletten Majoranzweiglein hinzufügen.

Die Kartoffel schälen und raspeln, und ebenfalls dazugeben. Es muss soviel Flüssigkeit vorhanden sein, dass das Fleisch im Topf immer bedeckt ist. Notfalls weitere Flüssigkeit dazugeben, ab und an umrühren.

Nach dieser Kochzeit von mindestens 2 Stunden den gesamten Topfinhalt in ein Sieb geben, unter dem sich ein weiterer Topf befindet. Aus der Masse die Majoranzweiglein entfernen, und anschließend die einzelnen Fleischstücke entnehmen und auf einem Teller beiseite stellen. Die übrig gebliebene Masse in ein weiteres Gefäß geben und mit dem Zauberstab fein pürieren. In dem Topf mit der passierten Sauce soviel pürierte Masse dazu geben, bis es eine ideale Konsistenz ergibt. Das Ganze wieder vorsichtig zum leichten Köcheln bringen. Die Butter dazufügen und das Fleisch wieder hinein geben, und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

GALLOWAYBURGER



Der Sieger-Gallowayburger des Burger-Wettbewerbes
der Swiss-Galloway-Society

Gallowayhack gehört zu den leckeren Spezialitäten des
Galloway-Fleischsortimentes.

Von der herzhaften Frikadelle bis zu den endlosen
Varianten – mit dem Gallowayburger überrascht man
seine Familie und gute Freunde immer wieder.

WIR EXPERIMENTIEREN MIT GENUSS

Ob du das Gallowayhack

- ohne jedes Gewürz als ‚Nature‘
- mit Salz und Pfeffer gewürzt und
 - je nach Geschmack mit herzhaften oder milden Käsesorten,
 - mit grob geraspelten Apfelstücken,
 - fein gehackten Zwiebeln, Paprika und Peperoni,
 - einigen klein gehackten Oliven und 1-2 zerkleinerten Kapern,

oder anderen Möglichkeiten angereichert anbrätst, es begeistert.

Ob mit herkömmlichen Burgerbrötchen, italienischen Ciabatta, Vollkornspezialitäten im Ofen geröstet, oder Waffeln: Dieser Gallowayburger gelingt.

Besondere Leckermäuler nehmen etwas Butter und hacken je Burger eine halbe Knoblauchzehe ganz fein und mischen sie unter die Butter. Jetzt wird das Burgerbrot geröstet und ist so richtig lecker!

WAS GEHÖRT ZU EINEM GUTEN BURGER?

Im Prinzip alles was Dir schmeckt.

Experimentiere und versuche jeden Tag etwas anderes.

- Je Burger 80 – 100 Gramm Gallowayhack, fest zusammengedrückt und platt geklopft. Mit der kleinen Tupperschachtel ausgestanzt wie Weihnachtsgebäck.
- Mit einer Scheibe Käse, je nach Geschmack von mild bis ganz herzhaft, mit Salat und vielen anderen Gemüsebeigaben, die man liebt.



ROTE ZWIEBELN	MÖHREN
WEIßE ZWIEBELN	KRAUTSALAT
RÖSTZWIEBELN	SENF
GRÜNER SALAT	MAYO
PAPRIKA	BARBECUESOÙE
TOMATEN	KETCHUP
EISBERGSALAT	CURRYKETCHUP
GURKEN	CHILI -
MANGO	TABASCO ODER
KANDIERTE	SAMBAL
KIRSCHEN	(INDONES. CHILIPASTE)
GEDÜNSTETE	HAMBURGERSOÙE
ZUCCHINI	U.V.M.

Der Bundesverband Deutscher Gallowayzüchter ist ein Zusammenschluss von Gallowayzüchtern, die das Ziel haben, naturnah hochwertiges, physiologisch wertvolles Fleisch zu erzeugen. Wir informieren unsere Mitglieder über alle dafür notwendigen Details und bieten ständig Fortbildungen an, die gerne angenommen werden.

Wenn Sie ihren Freunden die Möglichkeit eröffnen möchten, ebenfalls von diesem hervorragenden Fleisch zu genießen, verweisen Sie diese auf

www.galloway-genussfleisch.de

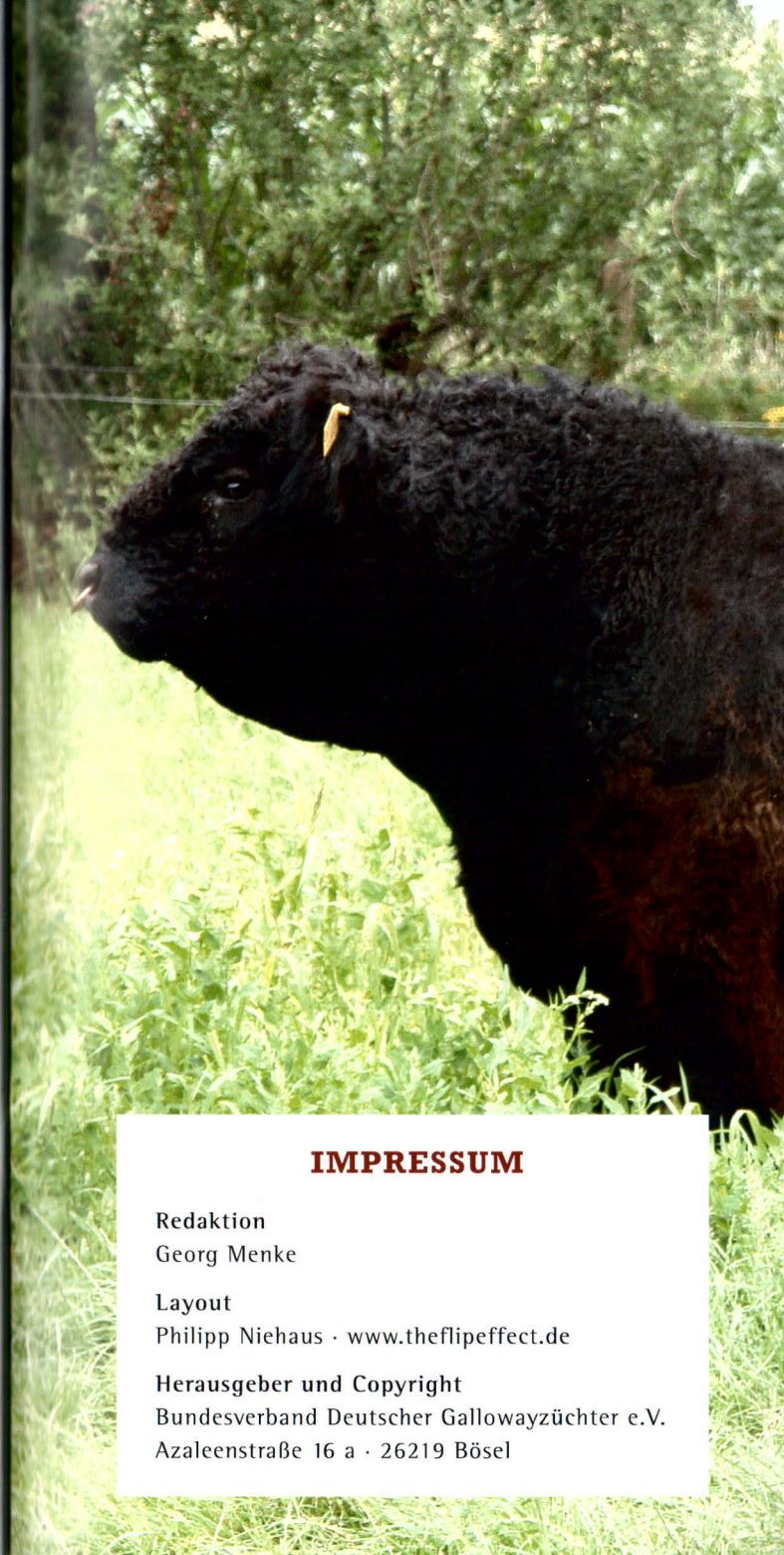


Hier finden Sie bequem den Gallowayzüchter in ihrer Nähe.

Auf der Homepage des Bundesverbandes Deutscher Gallowayzüchter e.V.

www.galloway-deutschland.de

finden Sie weitere Galloway-Rezepte. Nutzen auch Sie die Gelegenheit, ihre besten Rezepte hier ihren Freunden und allen anderen Genuss-Fans mitzuteilen. Nutzen Sie unser Forum, um selber zu lernen und ihre Ideen an andere weiter zu geben.



IMPRESSUM

Redaktion
Georg Menke

Layout
Philipp Niehaus · www.theflipeffect.de

Herausgeber und Copyright
Bundesverband Deutscher Gallowayzüchter e.V.
Azaleenstraße 16 a · 26219 Bösel



GALLOWAYS

verschönern die Landschaft

erhalten Landschaftsschutzgebiete

- erzeugen physiologisch wertvolles Fleisch
- laden ein zum Experiment mit Genuss

Diese Broschüre wurde überreicht von: