



glas-futter.de

FINGERFOOD – TO GO FOOD - VEGETARISCH – VEGAN – PROTEINFOOD

## Hackfleisch

In fast allen europäischen Ländern sind Speisen auf der Basis von Hackfleisch sehr beliebt. Denkt nur mal an **Frikadellen**, Hackbraten, Spaghetti Bolognese, etc. Auf unserer Website findet ihr aktuell 15 Rezepte für die verschiedensten Gerichte.

Was solltet ihr dabei wissen?



Foto Klaus Rupp



**Rechts Metzger des Vertrauens  
Links abgepacktes Supermarkt**

Gehacktes wird dabei i.d.R. aus folgenden Fleischsorten hergestellt: Schwein (max. 30 % Fettanteil, gewürzt als Mett oder Thüringer Mett), Rind (max. 20 % Fett), Beefsteakhack (fettarmes Muskelfleisch, max. 7 % Fett, wird für Tatar verwendet), Kalb, Lamm, Wild und Geflügel. Aufgrund der großen Oberfläche ist rohes Hackfleisch sehr empfindlich für Keime. Ihr solltet es folglich gut gekühlt lagern und kurzfristig verbrauchen. Ganz besonders groß ist die Salmonellengefahr bei gehacktem Geflügel. Bitte Vorsicht bei verpacktem EU-Hackfleisch (unter Schutzatmosphäre) mit dem Verbrauchsdatum! Es gilt nur bei einer unterbrochenen Kühlkette bei 2° C, die aber von den meisten Haushaltskühlschränken (4 – 7° C) nicht erreicht wird. Tests haben z.T. hohe Keimbelastungen ergeben. Wollt ihr also Hackfleisch roh essen (z.B. als Tatar), achtet bitte ganz besonders auf Frische! Ansonsten verarbeitet das Hack, z.B. anbraten, backen, o.ä. Probiert's aus und lasst es euch schmecken!