

Produktspezifikation



Produkt:	Lammfleisch Keule
Verkehrsbezeichnung:	Lamm-Keule
Leitsatznummer:	siehe "Gesetzliche Vorschriften für die Fleischerei" N. Latz, H. Klockenhoff
Zutaten: (in absteigender Reihenfolge)	Lammfleisch
Herkunft:	Die Herkunft kann im gesetzlichen Rahmen lückenlos aufgezeigt werden! Weitere Infos finden Sie auch auf in unserem Ladengeschäft, unserer Internetseite oder lassen Sie sich von Ihrem Fleischermeister vor Ort beraten! Geben Sie uns etwas Zeit, Ihre Anfrage nach der Herkunft zu bearbeiten!
Zusatzstoffe	keine

		Ja	Nein
Allergene:	Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse (inkl. Laktose)		X
	Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse		X
	Krebstiere und daraus hergestellte Erzeugnisse		X
	Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse		X
	Fisch und daraus hergestellte Erzeugnisse		X
	Erdnüsse und daraus hergestellte Erzeugnisse		X
	Soja und daraus hergestellte Erzeugnisse		X
	Schalenfrüchte und daraus hergestellte Erzeugnisse		X
	Sellerie und daraus hergestellte Erzeugnisse		X
	Sesamsamen und daraus hergestellte Erzeugnisse		X
	Schwefeldioxid und Sulfite >10mg/kg		X
	Lupine und daraus hergestellte Erzeugnisse		X
	Weichtiere und daraus hergestellte Erzeugnisse		X
	Citronensäure/ Citrate (E330-333)		X
	Glutaminsäuren/ Glutamate (E620-625)		X
	Enthält eine Phenylalaninquelle		X

Nährwerte und Vitamine	pro 100g	pro Portion (60g)	Anteil am Tagesbedarf (%)*
Brennwert: [Kcal]	175		
Eiweiß: [g]	20,8		
Kohlenhydrate: [g]	0		
Fett: [g]	3,7		
Vitamin A [ng]	-		
Vitamin B1: [mg]	150		
Vitamin B2: [mg]	370		
Vitamin B12: [ng]	2,7		
Eisen [mg]	2,9		

Die Werte sind grundsätzlich für Lammfleisch gemittelt und können je nach Teilstück und Beschaffenheit abweichen.
*prozentualer Anteil am empfohlen Tagesbedarf. Der Bedarf variiert individuell nach Geschlecht, Alter und körperlicher Tätigkeit.
Quelle: Souci, Fachmann, Kraut "Nährwert-Tabellen" MedPharm / Deutscher Fleischerverband : "Allergene Stoffe, Zusammensetzung, Herstellung"

Lagerhinweis Endverbraucher bei loser Aufschnittware:	Lagerung bei <5°C kühl und trocken
Mindesthaltbarkeit:	Lagerung bei <5°C kühl und trocken ca. 2-3 Tage Hackfleisch und Produkte mit grosser Oberfläche sind am gleichen Tag zu verzehren!

Beim Transport unbedingt auf die Einhaltung der Kühlkette achten!
Verinnerlichen Sie bitte auch unser 1x1 im Umgang mit Fleisch (Sicherheitsregeln für Ihren ungebremsen Fleischgenuß)

Rezept: Die Produktbilder können vom Rezept abweichen!

Gebratene Lammkeule **für 4 Personen**

Zutaten:

1,3 - 1,5 kg Lammkeule mit Knochen, 3 Knoblauchzehen, Salz, Pfeffer,
1 EL grob gestoßener Koriander, 2 EL Öl, 1 EL Rosmarinnadeln
50 g Butterschmalz, 800 ml Lammfond zum Begießen (ersatzweise Fleischbrühe
oder Wein und Wasser zur Hälfte)

Zubereitung:

Die Keule spicken und trocken beizen: Knoblauchzehen in Stifte schneiden. Mit einem kleinen, spitzen Messer etwa 2 cm lange flache Schlitze stechen, und zwar nur unter die Haut, zwischen die einzelnen Muskeln oder am Knochen entlang, damit der Fleischsaft nicht aus dem zerstochnen Fleisch auslaufen kann. In diese kleinen Taschen die Knoblauchstifte stecken.

Fleisch mit Öl einreiben, mit Salz, Pfeffer und Koriander würzen, einige Rosmarinnadeln zu den Knoblauchstiften stecken und den restlichen Rosmarin über die Keule streuen. Das Fleisch in Folie wickeln und bei Zimmertemperatur mindestens 3 Stunden ruhen lassen.

Den Backofen auf 220°C vorheizen. Das Fett in einem Topf erhitzen. Die gebeizte Keule in eine Form legen und mit dem heißen Fett übergießen. Die Keule gut 5 min. bei der hohen Temperatur anbraten, dann die Hitze auf 190°C reduzieren und weiterbraten. Nach 15 min. zum ersten Mal mit etwas Lammfond begießen. Das Begießen mehrmals wiederholen, wenn es nötig ist.

Garzeit: Wer das Fleisch rosa und saftig mag, rechnet nach dem Anbraten bei reduzierter Hitze 12 bis 15 min. pro 500 g Fleisch, durchgebraten ca. 20 min., das heißt, für die obige Keule ca. 45 min. Garzeit.

Garprobe:

Mit dem **Finger**: Läßt sich das Fleisch leicht eindrücken, ist es innen noch roh. Federt es zurück, ist es rosa, fühlt es fest an, ist es durchgebraten.

Mit einer **Nadel**: Bis zur Bratenmitte 1 min. lang einstechen. Dann die Nadelspitze direkt unter der Unterlippe entlangziehen. Ist die Spitze kalt, ist das Fleisch innen roh, lauwarm = rosa, warm = durchgebraten.

Tranchieren: Vorzugsweise wird die Keule am Tisch tranchiert, indem man mit der kurzen dicken Seite beginnt, da diese die größeren und saftigeren Scheiben ergibt. Die Scheiben sollten nicht dicker als 1 cm sein.





Das 1 x 1 im Umgang mit Fleisch



Sicherheitsregeln für Ihren ungebremsten Fleischgenuss

- § 1 Auf dem Transport nach Hause ist grundsätzlich die Kühlkette einzuhalten! (Kühltüte/Kühltasche benutzen)! Temp. <7°C
- Vor allem im Sommer ist der schnellste Weg nach Hause zu wählen!
- § 2 Lagern Sie Fleisch immer am kältesten Punkt im Kühlschrank! (Glasplatte, unterer Bereich, 0°C-Zone)
- § 3 Tupfen Sie Ihr Fleisch vor dem Zubereiten mit einem sauberen Tuch (Einwegpapier) trocken und lassen Sie es „atmen“!
- § 4 Generell gilt bei allen Fleischarten: Immer ein extra Zubereitungs Brett benutzen!
(Nicht erst das Geflügel und dann den Salat auf dem gleichen Brett schneiden)
- § 5 Benutzen Sie bei der Zubereitung Ihre angeborenen Sinne für Ihre eigene Qualitätskontrolle:
 - Augen: Optik
 - Nase: Riechen
 - Mund: Geschmack (erst nach dem Garen)!
- § 6 Beachten Sie, dass Ihr Produkt keine Fremdkörper (Knochen) enthält, an denen Sie sich verletzen können!
- § 7 Geflügel- und Schweinefleisch immer vor dem Verzehr durchgaren! (>80°C im Kern)
- § 8 Hackfleischerzeugnisse und frische Bratwurst aufgrund der großen Oberfläche immer am gleichen Tag verarbeiten und ausschließlich komplett in durchgegartem Zustand verzehren!
- § 9 Lassen Sie sich die Ware je nach Verbrauchsdatum von Ihrem Fleischer vakuumieren!
- § 10 Tauen Sie gefrorenes Fleisch generell immer im Kühlschrank auf und nicht auf der Heizung oder Spüle!
- § 11 Zu den hier verkauften Fleisch- & Wurstwaren können Sie an der Kasse auf Wunsch die Produktpässe einsehen!
- § 12 Sollten Sie Fragen oder Anregungen haben...Wir beraten SIE gern...



VERTRAUEN SIE IHREM ANGEBORENEN INSTINKT UND BAUCHGEFÜHL!

Stand März 2013