

Lehranleitung deutsch/englisch

Großartiger Fleischkäse selbst gemacht

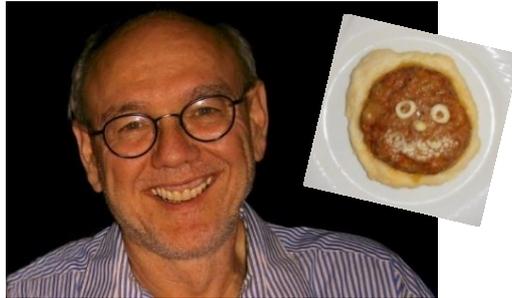
Instructions german/english

Great Fleischkäse (Meatloaf)
homemade for private kitchens



Private Kochschule
Peter Fuchs





Wie komme ich darauf, als Kochfachlehrer dieses Rezept zu veröffentlichen?

„Großartiger Fleischkäse für Privatküchen“.

Nun, lächelnd gestehe ich:

Wir hatten letztes Besuch von einem befreundeten Ehepaar aus Irland. Die beiden wohnten für ein paar Tage bei uns und genossen ihren Urlaub in der Vorsaisonruhe in unserem Zuhause am Bodensee.

Und an einem schönen Frühlingstag, besuchten wir auch das behagliche Städtchen Meersburg. Dort spazierten wir gemütlich, flanierend, begleitend mit zarten Sonnenstrahlen, und ein paar Möwen durch die kleinen Straßen.

Dann blieben wir auf einmal, bei einem lecker duftenden Metzgerimbiss stehen und betrachtenden alle gleichzeitig das Prachtstück.

Einen appetitlichen, frisch gebackenen Fleischkäse, (oder wie die Bayern es auch gern nennen: Leberkäse).

Und schon hielten wir das Ding in der Hand. Diesen bei uns so beliebten und typischen, lokalen Fastfood-Snack: „Fleischkäse-Semmel“.

Beim Verspeisen schwärmten unsere beiden Irischen Besucher sofort davon und meinten, dass es schade sei, dass es so etwas in Irland nicht gäbe.

Ich erklärte lächelnd, dass ich schon vor vielen Jahren ein Fleischkäse-Rezept für Privatküchen mit Kleinküchengeräten entwickeln musste. Denn es waren damals bei dem vielen Privatschülerinnen, Hausfrauen und Hobbyköchen auch einige Jäger dabei. Die wollten unter anderem unbedingt wissen, wie man Zuhause, ohne professionellen Küchengeräten auch feinsten Fleischkäse aus Wild machen kann, (meine Kochlehre begann ich übrigens 1976 in der damals berühmten kleinen Thüringer Fleischerei Rexrodt in der Nähe von Stuttgart).

Ich sicherte zu, dass die beiden das Rezept gern von mir bekommen. Sie sollten meiner Frau und mir aber nur Versprechen: Dass wenn wir sie das nächste Mal in Irland besuchen kommen, wir von Ihnen auch gern einen feinen „homemade Fleischkäsesemmel“ zu essen bekommen sollten.

So, und nun lehne ich mich zurück und warte ab ...

😊 willkommen im Fleischkäse-Club

How do I get as a cooking teacher, this recipe to publish?

"Fleischkaese, (a fine Meatloaf) for private kitchens".

Okay, I'll tell you:

We just had a visit from friends from Ireland. They are staying with us for a couple of days. On a beautiful sunny spring day, we just enjoyed the pre-season calm at the Lake Constance. Near at our home, we once also visited the lovely town of Meersburg.

During a leisurely walks and strolls, with gentle sunbeams, gulls and a tender breeze accompanied. We just stayed at front of a delicious smelling butcher snack. And then we just considered the nice thing:

A tasty, freshly baked Fleischkaese (the kind of a very fine meatloaf).

And we ordered for to test it. The best typical fast food in our Countryside: a Fleischkaese-Semmel.

Both swarmed immediately and they said that it's a pity, would not that be something like Fleischkaese in Ireland.

I said, many years ago I had to create a Fleischkaese-Recipe for private kitchens like at home. For housewives and hobby-chef. But also, some hunts, cause they had to know, how to make at home, without professional equipment, as well the finest Wild-Sausages-Fleischkaese. By the way, 1976 I started my training as a chef at a famous thueringer butcher.

I assured that the two would like to get this recipe. But they should my wife and me give only a promise. That when we next visit them in Ireland, we also would like to have a fine homemade Fleischkaese to eat.

So, now I lean back and wait...

😊 welcome to the Fleischkaese-Club

Rezept für 1500 g Fleischkäse

- 1000 g Hackfleisch vom Schwein
- 28 g Salz (4-4,5 Teelöffel)
- 12 g Pastetengewürz (5-5,5 Teelöffel)
- 400 g Sahne 30% Fett
- 2 Eier
- 25 g Kartoffelstärke (6-6,5 Teelöffel)
Kein Mehl!
- 20 g Butter weich

Infos ab Seite 10

Recipe for 1500 g meatloaf

- 1000 g ground meat pork
- 28 g Salt (4-4,5 teaspoon)
- 12 g Spice for Pâté (5-5,5 teaspoon)
- 400 g cream 30% fat
- 2 eggs
- 25 g Potato starch (6-6,5 teaspoon)
Not flour!
- 20 g butter soft

Notes on Page 10

1. Vorbereitung / Preparing



- Zuerst werden alle Küchenwerkzeuge, ein Handrührgerät, Geschirre und Backzubehörteile bereitgestellt.

- Start to control and organize all kitchen equipment, Hand mixer and tools for preparation.

2. Rezeptur beachten / Note the recipe



- Nun alle Zutaten bereitstellen
- Gewürze genau abwiegen
- Fleisch, Sahne und Ei im Kühlschrank gut kühlen.

- Put up all ingredients.
- Weigh the spices exactly (accurate to the gram).
- Meat, cream and egg cool down a little bit in to the fridge

3. Alles zusammen / At once get into it



- Alle Zutaten können nun gleichzeitig in die Misch-Schüssel der Maschine gegeben werden.
- All ingredients you can put just together into a usually mixing bowl of the kitchen-machine.

4. Langsam starten / Start slowly



- Mit dem Handrührgerät nun zuerst langsam anrühren damit nichts verspritzt.
- Dann mit höherer Geschwindigkeit weiter-rühren und beginnen lassen zu kneten.
- Start slowly stirring cause does not spattered.
- then with high speed stirring until the mixture starts to knead tough.

5. Mit Rührbesen? / Wisk?



- Besser zum Emulgieren der Fleischmasse sind die Rührbesen der Maschine.
- Aber sie spritzen mehr und es kann sein, dass die zähe Fleischmasse etwas am Besen hochsteigt und so über den Rand der Misch-schüssel treibt.
- Whisk? Usually it is better to mix the meat blend with wisks.
- But sometimes maybe it to be forced out in squirts a little bit over to mixing bowl.

6. Oder Knethacken? / Or hooks?



- Unverkennbar gelassener geht es mit dem Knethacken.
- Aber die Fleischmasse benötigt deutlich länger bis sie gut emulgiert. Dafür verkleckert nichts.
- Es klappt damit aber auch. Evtl. etwas länger kneten.
- Kneading hooks? Are well. It's a safer job for sure with such dough hook.
- But unhappily is it not so good for emulsified the meat.
- But it's okay to use.

7. Knetdauer / Processing time



- Üblich genügen mit diesen kleinen Maschinen ca. 5-7 Minuten kneten, bis die Fleischmasse gut emulgiert. Also zäh und dicklich wird und richtig bindet. (Aber dabei kalt lassen)
- Usually it needs with this kind of machine, about 5-7 minutes kneading until the sausage-mixture emulsified. It becomes tough thick and well keeps together. (But keep it cold).

8. Sehnenreste / Leftovers



- Häufig wickeln sich am Ende des Knetens einige Sehnenreste um die Rührbesen oder um die Knethacken.
- Zuhause am besten immer entsorgen.
- Often wrap at end of kneading, some tendon remnants around the beaters or the kneading.
- At home do not use.

9. Vermischen / Mix it well



- Zum Ende die Wurstmasse nun noch einmal mit einem Kochlöffel oder Gummischaber gründlichst vermischen. Dabei auch die Schüsselwand abschaben. Am besten wäre es, wenn die Masse jetzt nicht über 13°C bekommt.
- Now the sausage mixture stir with a cooking spoon or gum spoon to mix it thoroughly. Scrape clean also the leftovers bowl edge. The best would be, the mixtur is cool, and get never not more then over 13°C / 55,4°F

10. Backform richten / Set baking dish



- Backform herrichten und mit Pinsel etwas einölen.
- Bei älteren Metallformen kann auch ein Backpapier zugeschnitten werden.
- Oder gleich eine Kunststoffbackform verwenden.
- Prepare a baking dish with a bit oil.
- In case older metal molds, you can also put a baking paper on base and a bit oil.
- Or use a modern plastic-baking dish.

11. Variable Größe / Easy to adjust



- Die Größe der Backform kann auch angepasst werden.
- Dazu nach dem Auslegen mit Backpapier einfach mit einem zerknüllten Ballen Aluminiumfolie oder einem Glas oder einer Tasse, die Größe an die Menge der Wurstmasse variabel anpassen.
- According to the size of the baking dish, it can be easy adjust with alu, a glass or a cup. Depending on the quantity of the sausage mixture, you have got.

12. Einfüllen / Fill in



- Hier zum Beispiel wird eine Haushaltsform ganz befüllt.
- Aber darauf achten: ein guter Fleischkäse sollte immer etwa die Größe wie ein Toastbrot haben, also mindestens ca. 7-10 cm hoch sein, nie zu flach. Dabei nicht zu warm werden lassen
- For example, here the home mold is needed to fill in.
- Take care: a good Fleischkaese should be about at least 7-10 cm high, so not too shallow. Do not let it get warm.

13. Anpressen / Little press



- Zuerst die Wurstmasse fest eingefüllt etwas anpressen, damit sich keine Luftblasen im Inneren bilden.
- Die Oberfläche kann nun auch mit einem Messer etwas dekorativ eingeritzt werden.
- Once the sausage-mixtur is firmly filled (little bit pressed), the surface of the sausage mixture can be garnished nicely with a knife incised.

14. Im Wasserbad garen / Baking in water



- Nun zum „zarten“ Garen im Backofen, ein tiefes Backblech mit etwa 1 Liter Wasser befüllen.
- For to bake it gently, use a deep one Backplate filled with 10 cups of water.

15. Heiß anbacken / Start hot



- Backofen auf 180°C vorheizen. Fleischkäse mit Wasser-Backblech, erst dann in die mittlere Schiene in die Mitte stellen und genau 15 Minuten anbacken damit er etwas goldgelb wird.

- First preheat the oven 180°C / 356°F.
- Place the Fleischkäse with backplate on a medium rail and bake for 15 minutes, to get a nice golden color.

16. Sanft fertig garen / But gently bake it



- Nun Hitze auf 120°C reduzieren und alles etwa 70 Minuten sanft fertig garen lassen.
- Kerntemperatur hat jetzt etwa 74°C.

- Then reduce the heat to 120°C / 248°F and back the meatloaf gently for another 70 Minutes
- Core temperature in the middle now has about 74°C / 165°F. Just test a little bit according to the oven.

17. Ruhen lassen / Calm down



- Frisch gebackenen Fleischkäse aus dem Ofen nehmen.
- Vor dem Anschneiden aber besser 10 Minuten, zugedeckt zum Entspannen, ruhen lassen.

- Before serving, take the hot baked meatloaf out from the oven. Let it rest for about 10 minutes, but covered.

18. Aufschneiden / Well cutting



- Nun frisch gebacken aufschneiden und heiß servieren, oder warmhalten.
- Gut passt dazu einfach: eine Semmel oder Kartoffelsalat.
- Oder Fleischkäse abkühlen lassen und später wie eine Wurst dünn aufschneiden.
- Now freshly baked slice and hot served.
- Or keep it warm.
- Just fit in rolls or serve with potato salad
- Or chill down and serve later thin sliced like a ham.

19. Fleischkäse Semmel / In bread roll



- Ein typisches, gern gegessenes Imbiss-Essen in Deutschland, Schweiz und Österreich.
- Eine dicke Scheibe frisch gebackene heißen Fleischkäse, im aufgeschnittenem Semmel.
- Our ever-popular in Germany, Switzerland and Austria
- Typical served: a thick slice of the fresh baked meatloaf with a bread roll.
We love it.

20. Gutes Essen / A dinner fit for a king



- Als warmer Gang auch lecker mit gebratenen Zwiebeln, geschmolzener Butter und Kartoffelsalat oder feinen Bratkartoffeln.
- Hmmm.
- Also an "A-Have-to" with stewed onions, melted Butter and potatoes salad or freshly baked fried potatoes.

Infos	Notes
<p>A Namensnennung Fleischkäse Leberkäse Fleischkäse wird im deutschsprachigen oft auch Leberkäse genannt. Es ist aber dasselbe.</p>	<p>A Name Fleischkaese oder Leberkaese In German speaking countries a "Fleischkäs" (means: meat cheese) is called also "Leberkäse" (means: liver cheese). Don't worry. In English, which may sound a bit disgusting, but actually <i>Fleischkäse</i> oder <i>Leberkäse</i> doesn't contain liver or cheese! <i>Fleischkäse</i> or <i>Leberkäse</i> is actually a kind of pâté made of meat, Spices and sometimes onions.</p>
<p>B Fleisch Üblich wird zur Rezeptur neben normalen Schweinefleisch auch immer etwas festere Schweinefleischteile und etwas Rindfleisch dafür verwendet. Einfacher halber nehmen wir in dieser Rezeptur für Kleinküchengeräte aber nur fertiges Schweinehackfleisch.</p>	<p>B Meat selection For this recipe, cattle and strong bacon is also commonly used. To make it easy, for this recipe, we just take only good minced pig.</p>
<p>C Angenehmer Geschmack In Metzgereien wird zusätzlich als Geschmeidigkeitsgeber auch etwas fetter Speck dazu verwendet. Wir nehmen anstelle Speck nur etwas Sahne.</p>	<p>C Finer pleasant taste Normal in professional recipes is also used for a good test, a little bit fetter Speck (fat bacon or pig fat). We take instead just cream with 30% fat.</p>
<p>D Fleisch mixen In Metzgereien wird die Fleischmasse mit Maschinen feinst zermahlen (gecuttert), aber in diesem Kochschulen-Fuchs- Rezept nur geknetet bis es emulgiert. Es funktioniert mit dieser bewährten Küchenmaschinen-Knetmethode aber auch sehr gut.</p>	<p>D Mixed instead of bowl cutter Cause in butcher shops they cut the meat very finely (cutting). In this recipe, for privat kitchen, is it only kneaded. It works well.</p>
<p>E Zutaten Stabilisatoren Für das optimale zusammenhalten der Eiweißbestandteile im Brät, verwenden wir zusätzlich Hühnerei, (eigentlich benötigt man nur das Eigelb des Eies). In Metzgereien wird der Zusammenhalt bei der Herstellung des Bräts beim cuttern, einfach durch Kühlung erreicht, (unter 12°C). Bewährt hat sich dazu gefrorenes Wasser.</p>	<p>E Ingredients Stabilizers For to keep together the protein components, we just use Egg. Butchers are just doing it by cooling down the sausage mixtur, (below 12°C / 53,6°F). Easy to do by frozen water.</p>
<p>F Bindung der Masse Für die bessere Feuchtigkeitsbindung in einer Wurst-Haushaltsrezeptur nehmen wir Stärke. Es kann anstelle Kartoffelstärke aber auch eine Mais- oder Weizenstärke verwendet werden. Achtung: Aber kein Mehl verwenden.</p>	<p>F Improved keep together For well keep together, corn starch can also, be used instead of potato starch. Take care: But don't use flour.</p>

G Würzung

Falls kein passendes Pastetengewürz vorhanden ist, kann natürlich alles, auch nach eigenem Geschmack, selbst zusammengestellt werden.

Also alles fein Gemahlenes, vom:

Pfeffer, Paprika, Curry, Ingwer, Muskatblüte (Mazis), Koriander, Kardamom usw.

Wichtig ist dabei aber immer, auf die Individuelle Dossierung zu achten. Je nach Intensität der Gewürze und Kräuter.

Und sehr gut passt in diesem Rezept auch etwa 50 g rohe, feingemixte, frische Zwiebel.

G Seasoning

If you cannot find a good testing Pastetengewuerz (Spice), feel free to substitute with whatever you like. But always test a little sample of powder of pepper, pepper red, curry, ginger, mazis, coriander and cardamom. Depending on the type of Pastetengewuerz you have got. Also start with only 8 g or 10 g. Well tastes also 50 g fine mixed fresh onions into it.

H Zutaten Pökelfstoffe

In Metzgereien wird anstelle normales Salz meist Nitrit-Pökelsalz verwendet. So bekommt der Fleischkäse nach dem Backen eine attraktive Rosafärbung.

Außerdem schmeckt mit Nitrit-Pökelsalz versetztes immer etwas intensiver.

In Haushalts-Rezepturen ist dies aber nicht nötig.

H Ingredients for curing

Instead normal salt, professional's butchers used nitrite-salting. So, the Fleischkaese becomes nice pink. As well, the sausage mixture test a little more intensive.

At home you don't need to do it.

H Zarter Garen

In Metzgereien wird so eine Wurstmasse üblicherweise sehr sanft gegart. Bei Temperaturen um 75-80°C im heißem Wasserbad.

Eigentlich heißt es brühen, deshalb wird diese Art auch als Brühwurst eingestuft.

Noch besser sind dafür genaue Temperaturmesser. Probieren Sie mal diese Fleischkäse-Masse bei nur 85°C sehr sanft zu garen bis die Kerntemperatur 74°C erreicht ist. Es dauert lange, aber die fertige Wurst ist danach viel zarter und hat kaum Saftverlust.

H Cook more gently

Professionally, such a sausage meat usually becomes cooked very gently. At temperatures around 80°C /176°F in hot water. Actually, it means brewing, that's why it's going to be that way also classified as brewing sausage. Even better are temperature meters for it. Try this recipe once gently at just 85°C / 185°F cook until the core temperature reaches 74°C /165,2°F too. It needs long time, but the Result for the sausage, is much tender and has only little juice loss

I Haltbarkeit

Gebackener Fleischkäse kann unter Kühlung etwa 4-5 Tage aufbewahrt werden. Gefroren etwa 4-5 Monate.

I Durability

The baked Fleischkaese can stored in the refrigerator about 4-5 days, frozen until 4-6 months.

J Hygiene

Hygiene immer sehr beachten.

Beim selber Wurst herstellen, immer sehr sauber arbeiten und dabei die notwendigen Kühlung einhalten.

J Hygiene

Take care for Hygiene.

Pay attention to clean work. Cold as well at the best.

Liebe Koch-Interessierten,
Entdecken Sie nun doch auch mal eine ganz neue Welt mit Einfachen, wie mit unserem, hausgemachten Fleischkäse.
Besonders als Lehrer begeistern mich Schüler, die gerade beim Einfachen nicht nur gewöhnlich mitmachen, sondern richtig dabei sind, mit Schwung und Elan.
So etwas gefällt auch mir immer wieder...

So long, dear cook applicant.....
Discover a whole new world while you learn how to create beautiful German Fleischkäse this time. I'm excited about the growth and renewed energy sprouting up here in my classroom, and I couldn't be prouder of our amazing students like you!

Notizen /Note:

Literatur-Verzeichnis

Fachberichte

- Private Kochschule Peter Fuchs
- Mikrobiologie tierischer Lebensmittel, VEB Leipzig
- Öffentliches Lexikon Wikipedia

Fotos

Peter Fuchs und Fotolia

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck und sonstige Wiedergabe,
auch auszugsweise mit Namensnennung: Private Kochschule Peter Fuchs.

Verfasser

Peter Fuchs
Sahlenbacherstr. 4a. 88630 Aach-Linz, Germany.
Tel 07552-6666 Fax 07552-6632
Internet: www.kochschule-fuchs.de
Email: kochschule.fuchs@t-online.de
Erstellung 1994.