

Fettarme Rohwurst (ähnlich Polnischer)

Da wir zur Zeit etwas Fett reduziert essen wollen habe ich diese Wurst entwickelt. Bei dieser Wurst handelt es sich um eine fettreduzierte Rohwurst mit kräftigen Geschmack und einer leichten Kümmelnote. Sie ist halb streichfähig und hat nur 10 -15% Fett.

Zutaten

Fleisch:

40 % Schweineschulter schier
50 % Rindfleisch (Schwanzrolle von Jungbullen)
10 % Wammerl (Bauchfleisch, Kutterbauch)

Gewürze je Kilogramm Rohmaterial:

25,00 gr NPS
2,00 gr Rohrzucker
2,00 gr Traubenzucker
2,00 gr Pfeffer
2,50 gr Kümmel
0,50 gr Kümmel gemahlen
0,50 gr Majoran
0,50 gr Knoblauchpulver
1,00 gr Starterkultur (Herstellerhinweise beachten)
5,00 gr Kirschwasser

3,5 St Wusthüllen „NALO TOP“ Kal.34 Länge 35 cm

Vorgehensweise:

Am Vortag

- Vom Fleisch alle Häute, Sehnen, Drüsen und Knorpel entfernen.
- Beim Rindfleisch zusätzlich das Fett entfernen.
- Alles Fleisch in Fleischwolf gerechte Stücken schneiden.
- Alle Gewürze bis auf das Kirschwasser hinzugeben und alles gut vermischen.
- Dann das Fleisch über Nacht in den Kühlschrank stellen.

Tag der Herstellung

- Das Kirschwasser zu den Fleischstücken geben und alles noch einmal vermischen.geben.
- Das Fleisch durch die 4 mm oder 5 mm Scheibe wolfen.
- Ringe und Schmuck ablegen. (Einen Ehering in 40 Kilo Mett zu suchen ist recht

zeitaufwendig)

- Alles gut kneten bis es bindig (klebrig) ist. Es dürfen keine Strukturen vom wölfen mehr sichtbar sein.
- Anschließend wird das Mett für eine halbe Stunde in den Kühlschrank gelegt damit wieder gut abkühlt.
- Die Wursthüllen in, gut lauwarmes, Wasser legen. Sie werden dann leicht schwammig und elastisch.
- Kaffeepause für 30 Minuten.
- Wursthüllen gut austreifen, das kein Wasser mehr darin ist.
- Die Wurstmasse in die Wursthüllen füllen wobei ca. 2 cm frei bleiben müssen.
- Darauf achten das sich keine Luftblasen bilden.
- Vor dem abbinden sollte die Wurst am offenen Ende (2 cm) nehmen und einige Umdrehungen machen damit das Mett richtig fest in die Wursthülle gepresst wird. Man sollte zum abbinden zu zweit sein, dies erleichtert die Sache ungemein.
- Die Würste in einen Raum aufhängen. Ca. 13- 17°C und mit guter Belüftung. Es darf aber keine Zugluft herrschen. (Ich benutze dazu einen Wäscheständer und einfache S-Haken aus dem Baumarkt damit ich die Würste an den Schlaufen aufhängen kann).

Weiteres Vorgehen

- Am nächsten Tag sollte schon eine Umrötung eingesetzt haben.
- Nach 3 Tagen sollten sie leicht runzelig werden und sind reif für den Räucherschrank.
- Ich mache einen Räuchergang von ca. 12 Stunden. Wer mehr Rauchgeschmack will kann nach 12 Stunden Ruhephase einen weiteren Gang hinzufügen.
- Danach die Würste, je nach gewünschten Härtegrad, 1 – 3 Tage nachreifen lassen.

Aufbewahrung:

Die Würste sind, vacuum Verpackt, ca. 6 Wochen haltbar. Sie können auch eingefroren werden. Zum auftauen die Würste aus dem Beutel nehmen und auf ein Küchentuch legen oder aufhängen. Sie erleiden dabei keinen Geschmacksverlust.

Viel Spas beim nachbauen.