

BRINING BRINGT'S.

Mehr Saft und Würze fürs Fleisch.



Wasser und Salz ergeben einen Brine – eine Salzlake. Dieses Gemisch kommt auch in Schweizer Küchen immer mehr zum Einsatz. Vor allem Fleisch profitiert vom Bad in der Lake. Chefkoch Tom Klamet hat vor Jahren im Ausland von der Methode erfahren und möchte seither nicht mehr ohne.



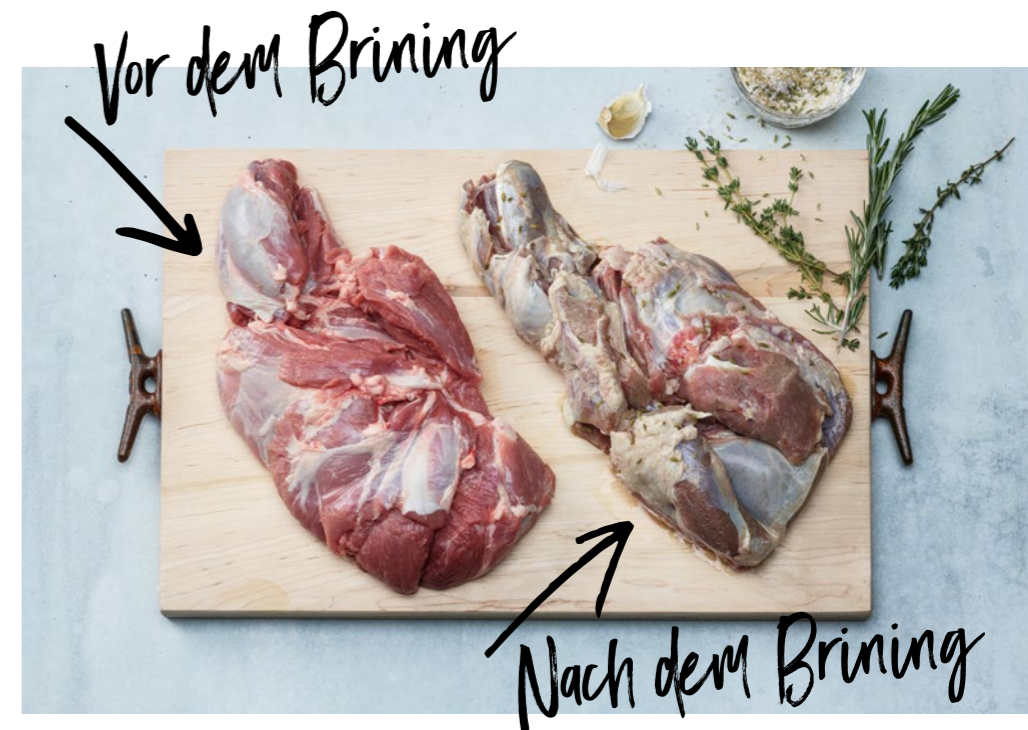
Es war so etwas wie eine neue Mode. Und wie so viele neue Moden kommt auch diese aus den USA. Zumindest hat Tom Klamet dort 2000 zum ersten Mal vom Brining gehört: «Salzlaken in Kombination mit Fleisch sind nichts Neues. Seit Jahrhunderten wird Fleisch so haltbar gemacht. Doch Fleisch vor dem Garen mehrere Stunden oder Tage in Salzlake einzulegen, um damit Textur und Geschmack zu beeinflussen, das war mir neu.»

Für Saft und Salz

Ursprünglich ging es beim Brining darum, den Saft in mageren Fleischstücken zu erhalten und sie zu salzen. Klamet erklärt: «Durch die Prozesse von Osmose und Diffusion gelangen Wasser und Salz ins Fleisch und verteilen sich dort gleichmässig (siehe Infobox). Das Fleisch wird bis ins Innerste gewürzt und hat ein besseres Safthaltevermögen. Es trocknet also beim Garen nicht aus und man hat weniger Garverlust. Vor allem magere Stücke, die man durchgaren sollte – wie Geflügel und Schwein – bleiben viel saftiger, wenn man sie vor dem Garen in Salzlake einlegt.»

Für mehr Geschmack

In Neuseeland, so Tom Klamet, habe er dann verstanden, dass nicht nur magere Stücke vom Brinen profitieren: «An einer gut durchgezogenen Lammschulter hat man mir gezeigt, wie Aromen mit der Salzlake besonders gut ins Fleisch gelangen. Kräuter, Gewürze und Aromaten wie Gemüse oder Zitrusfrüchte geben ihre Aromen an die Lake ab und diese dringen dann besonders tief ins Fleisch.» Seit Neuseeland gibt Klamet auch immer etwas Rohrzucker in seine Laken: «Zucker ist ein Geschmacksverstärker. Ohne merklich



Die 24 Stunden in der Salzlake sieht man der Lammschulter an – nach dem Garen wird sich das Fleisch farblich aber nicht mehr von einem «ungebrinten» Stück unterscheiden.

zu süssen, hebt er den Eigengeschmack des Fleisches hervor.»

Lammschulter aus dem Brine

Zur Demonstration hat Klamet eine Lammschulter mitgebracht, die über 24 Stunden in einer aromatisierten Lake aus 3% Meersalz und 1,5% Rohrzucker lag. Aus dem Behälter steigt einem ein intensiver Duft nach Kräutern, Fenchel, Knoblauch und Zitronenschale in die Nase. Das Fleisch hat eine gräuliche Farbe angenommen: «Diese Farbe ist absolut normal und bei durchgezogenen Stücken optisch auch nicht weiter schlimm, da ich das Fleisch anschliessend sowieso sous-vide gare oder schmore.»

Und genau das macht Tom Klamet mit der «gebrinten» Lammschulter: Er schmort sie als Rollbraten, um sie dann in Scheiben anzurichten. Und tatsächlich: Es ist erstaunlich, wie man die Aromen aus dem Brine fast einzeln aus dem zarten Fleisch heraus-schmecken kann! Das Fleisch hat Klamet übrigens nicht mehr nachgewürzt. Durch das Bad in der Lake ist es perfekt gesalzen.

Tom Klamet

Chefkoch Tom Klamet ist weit gereist und in vielen Küchen dieser Welt gestanden. Nach 12 Jahren beim Caterer Franzoli ist er heute, als selbstständiger Koch für Private, bei Pop-ups oder in den Küchen des «Bürgenstock Resort» unterwegs.

DAS PASSIERT BEIM BRINING

Die Natur möchte die Dinge im Gleichgewicht halten. Legen wir ein Stück Fleisch nun in eine Salzlake, ist die Wasser- und Salzkonzentration im Fleisch tiefer als in der Lake. Um dieses Ungleichgewicht auszugleichen, wandern Salz und Wasser in den Prozessen von Osmose (Wasser) und Diffusion (Salz) ins Innere des Fleisches. Dort verteilen sie sich gleichmässig. Das Fleisch ist somit nach dem Brining saftiger und durch und durch gesalzen. Gleichzeitig schwächt das Salz die Proteinmoleküle des Fleisches. Dadurch können die Proteine die einströmende Wasser besser halten und werden gelockert. So verliert «gebrintes» Fleisch beim Garen weniger Saft und ist zarter.

Die einzige Voraussetzung für diese Prozesse ist Zeit. Je grösser das Stück Fleisch, desto länger muss es in der Lake liegen. «Für ein Pouletbrüstli reichen 20 Minuten in einer 2-prozentigen Lake, ein ganzes Poulet braucht gut 24 Stunden in einer 5-prozentigen Lake», so Klamet. Zeit und Fleischgewicht bestimmen also auch die Salzkonzentration der Lake. «Man kann Fleisch natürlich auch zu lange in der Lake lassen oder zu viel Salz verwenden», warnt der Koch, «dann wird das Fleisch zu salzig. Zumal es beim Garen Saft verliert und sich der Salzgehalt noch konzentriert.»

