

# Treffpunkt gesunde Ernährung

## „Regionale Wurstspezialitäten aus Meisterhand“

### Rund um die Wurst

Wurstwaren gehören zu den beliebtesten Lebensmitteln der Deutschen. Mit über 1.500 verschiedenen Wurstsorten zählen die Deutschen zu den Weltmeistern der Wurstbereitung. Typisch für die Wurst ist die längliche Form, die sie erhält, indem Wurstmasse in gesäuberte Tier- oder Kunstdärme gefüllt wird. Die Enden der Würste werden dabei abgebunden.

#### Nach Konsistenz unterscheidet man:

- ◆ Streichwurst (z. B. Leberwurst), streichfähige, weiche Konsistenz
- ◆ Schnittwurst (z. B. Bierwurst) ist fest und wird in Scheiben geschnitten
- ◆ Würstchen (z.B. Wiener, Bockwürste) werden meist nach Erhitzen in Wasser oder gebraten gegessen.

#### Nach Herstellungsart unterscheidet man:

- ◆ Brühwürste (z. B. Wiener, Weißwürste, Bierwurst, Fleischwurst, Leberkäse, verschiedene Bratwurstsorten)
- ◆ Kochwürste (z. B. Leberwurst, Blutwurst, Sülze, Presswurst)
- ◆ Rohwürste (z. B. Schinkenwurst, Salami, Mettwurst und Teewurst)

**Brühwurst** wird in Deutschland am meisten verzehrt. Sie werden durch Brühen, Backen oder Braten oder auf andere Weise hitzebehandelt. Das zerkleinerte rohe Fleisch wird mit Speck, Kochsalz oder anderen Salzen, Gewürzen, Trinkwasser oder Eis im Kutter vermischt. Je nach verwendetem Salz ändert sich die Farbe der Wurst. Nach der Abfüllung werden die Würste in heißem Wasser oder Wasserdampf gebrüht. Dadurch entsteht eine schnittfeste Masse.

**Kochwürste** sind hitzebehandelt und werden zumeist aus gekochtem Fleisch, Speck oder Schwarten und Innereien hergestellt. Nach dem Abfüllen werden die Würste nochmals gekocht und zum Teil geräuchert. Sie sind in der Regel nur erkalte schnittfähig.

**Rohwürste** sind ungekühlt lagerfähig. Sie sind entweder streichfähig oder werden nach einer Reifezeit durch Austrocknung schnittfest. Rohes Fleisch und Speck werden in einem Kutter zerkleinert und mit Salz und Pökelsalz und Gewürzen versetzt. Dann kommt die Masse in die Wursthülle. Die Rohwurst reift in Trockenräumen oder speziellen Klimakammern bei 15 - 22 °C und wird dadurch haltbar gemacht. Danach wird ein Teil der Würste verkauft, der andere Teil wird entweder geräuchert oder noch länger an der Luft getrocknet. Je nach Zerkleinerungsgrad unterteilt man die Würste in grobe und feine Rohwurst.

Quellen: [www.was-wir-essen.de](http://www.was-wir-essen.de);  
Manuscriptum „Handbuch der Lebensmittel“ - Pils, Ditter

Rezeptideen und Infos zu regionalen und saisonalen Produkten gibt es im Internet

## **Rezepttipps**

### **Hausmacher Blutwurst**

„nach Art des Hauses“

#### **Zutaten:**

70 % Schweinefleisch, 5 % Schwarten  
5 % Schweineblut  
Kochsalz (jodiertes)  
Gewürze, Majoran, Zwiebeln

### **Hausmacher Leberwurst**

„nach Art des Hauses“

#### **Zutaten:**

80 % Schweinefleisch  
10 % Schweineleber  
Kochsalz (jodiertes)  
Gewürze, Majoran, Zwiebeln

### **Apfel-Zwiebelsalat:**

#### **Zutaten:**

Äpfel, Zwiebeln  
Zitronensaft,  
Zucker, Öl

### **Champignon / Schinkensalat:**

#### **Zutaten:**

Kochschinken, Champignons  
Kochsalz, Pfeffer (weiß)  
Kräuter (Schnittlauch oder Petersilie)  
etwas Mayonnaise (80 %)



Andreas Hermsdorf / pixelio.de

Das Ernährungs- und Kräuterzentrum wird unterstützt durch  
das Sächsische Staatsministerium für Umwelt und Landwirtschaft und  
der Ostsächsischen Sparkasse Dresden.

