

Bündnerfleisch, ist das Rohkost?

Post by "KTMforever" of Sep 2nd 2013, 7:05 pm

hallo,

<http://de.wikipedia.org/wiki/B%C3%BCndnerfleisch>

ist das rohkost?

ist das noch gesund?

Grüße,

KTMforever

edit: wie sieht es eigentlich mit salami aus? ich habe grade heisshunger drauf *schleck* 😄
müsste doch eigentlich auch rohkost sein?

Post by "thokoe80" of Sep 2nd 2013, 8:34 pm

Kommt darauf an, wie genau es jemand nimmt. Manche essen gar kein Fleisch. Diejenigen, die welches essen, nehmen es zum Teil komplett unverarbeitet (d.h. einfach so vom Tier und dann im naturbelassenen Zustand essen). Andere bereiten es irgendwie zu. Pures Rindfleisch (hab ich Mal probiert) ist vom Geschmack her als TarTar gar nicht mal übel. Es sollte aber gute Qualität haben. D.h. Naturland / Bioland / Demeter oder irgendein anderes vernünftiges

Biosiegel. Weiß ja nicht was Du für Märkte bei Dir in der Nähe hast bzw. Fleischereien. TarTar geht beispielsweise auch mit rohem Ei und Zwiebeln und etwas Pfeffer (so ist ja das klassische Rezept). Salami ist in der Regel roh, auch Polnische und andere kaltgeräucherte Würste von Pute, Rind und Schwein. Genaue Auskunft kann Dir die Bedienung in der Metzgerei geben oder der Fleischermeister selbst. Es ist aber dann alles gewürzt, geräuchert, verarbeitet ---> denaturiert. Wenn Du normalerweise 200 gr. pures Rindfleisch essen würdest, kannst Du so plötzlich (siehe Burger King Aktion) 1 kg davon reinstopfen, völlig problemlos, und danach kriegst Du die Quittung. Es ist grundsätzlich immer gut, wenn irgendwas möglichst nah am ursprünglichen Zustand ist. Das gleiche gilt auch für Fisch, Milch, Eier und alles weitere. Was natürlich immer nicht so ohne weiteres mit einem Finger schnippen machbar ist ! Kommt auf die Region an, die verfügbaren Läden, die Biohöfe im Umkreis, ob Du Jäger & Fischer kennst und ähnliche andere Umstände. <http://www.eichstetter-hochlandrinder.de/> ... die haben Salami von sehr guter Qualität. Die kostet so ~20 € / kg. Und auch Kaminwürsten mit 10% Schweinefleischanteil für ~16 € / kg. Und versenden per Post normalerweise. Bündnerfleisch ist normalerweise auch roh, aber da kann 1 kg schon mal auf 100 € kommen, je nach Herkunft.

Post by "Inger" of Sep 14th 2013, 4:48 pm

Ich würde gesalzenes Fleisch wie Schinken und Salami etc. nicht essen wenn ich alternative habe, sondern immer frisches vorziehen. Habe irgendwo gelesen das Fleisch mit Salz haltbar zu machen ist nicht gerade gesund.. deswegen esse ich sowas nur ganz selten, fast nie. Jetzt kann ich leider nicht die Quelle finden so auf das schnelle.

Wenn du sehr lust auf sowas hast vielleicht fehlt dir gutes unraffiniertes Salz und Mineralien? Vielleicht isst du Obst und "braucht" das Salz aus Ausgleich... weil Obst dir eigentlich nicht gut tut oder du isst zu wenig vom Mineralienreichen Futter... (hier kann ich Austern empfehlen! Salzig und voll mit Mineralien)

Post by "Ralph" of Sep 14th 2013, 5:41 pm

Gut gemachter roher Schinken und Salami (Knackwurst) sind geschmacklich schon noch mal etwas anderes als frisches Fleisch und Salz/Mineralien - hatte heute auch mal ein kleines Stück Rinderschinken und ein kleines Stück Rinder-Knackwurst. Sind vermutlich auch die Gewürze (Pfeffer, Kräuter) und die Prozesse, die bei der Lagerung / Reifung passieren ...

LG, Ralph