



Landwirtschaftskammer
Nordrhein-Westfalen

Hackfleischgenuss auf sichere Art





Klein gehackt ...
groß geliebt :-)

Ob Hackfleisch, Gewiegtes, Haschee oder Faschirtes: so vielfältig wie die Bezeichnungen sind auch die Einsatzmöglichkeiten für Hackfleisch in der heimischen Küche. Und das wussten bereits die antiken Römer, die im ältesten erhaltenen Kochbuch der Welt aus dem 3. oder 4. Jahrhundert ein Rezept mit zerkleinertem Rindfleisch beschreiben.

Heute zählt Hackfleisch zu den beliebtesten Fleischprodukten in Deutschland.

Doch bei aller Vorliebe: Hackfleisch erfordert besondere Vorsicht beim Transport, der Lagerung und der Zubereitung. Durch die stark vergrößerte Oberfläche bietet es krankheitserregenden Bakterien, wie Salmonellen oder Listerien, ideale Wachstumsbedingungen.

Mit der Berücksichtigung der Hinweise, Tipps und Tricks aus diesem Flyer steht einem sicheren Genuss von Hackfleisch aber nichts mehr im Wege.

Deine #Hack-Hacks ...

♥ Gemischtes Hack aus Rind- und Schweinefleisch eignet sich gut für Frikadellen und Hackbraten. Es hat ein besonders herzhaftes Aroma und bleibt schön saftig.

♥ Viel von allem: Trau dich zu experimentieren, denn Hack verträgt nahezu alle Gewürze. Probiere doch mal Paprikapulver, Cayennepfeffer, Chili und Majoran oder füge Mandeln und Datteln für eine orientalische Note hinzu.

♥ Öfter etwas Anderes: Bunte Wok-Gerichte, knackiger Eisbergsalat mit Hackfleisch und Bacon oder lecker belegt auf dem Brot als Croustini. Nutze die Vielfältigkeit von Hackfleisch.



STEP
1

Sicherer Transport

Hackfleisch wird frisch an der Theke oder abgepackt in der Kühlung bzw. Tiefkühlung angeboten. Für alle Varianten gilt: Kaufe dein Hackfleisch **immer ganz zum Schluss** deiner Einkaufstour und nimm eine Kühltasche zum Einkaufen mit. Ohne Kühlung verdirbt das Fleisch, insbesondere in den Sommermonaten, sonst schon auf dem Weg.

Zuhause angekommen, lege das Hackfleisch direkt in den Kühlschrank bzw. den Gefrierschrank.



STEP
2

Gute Lagerung

Hackfleisch mag es besonders kalt! Der kälteste Ort im Kühlschrank ist auf der Glasplatte über dem Gemüsefach. Auch dort sollte es allerdings maximal 6 bis 8 Stunden gelagert und **noch am Einkaufstag verarbeitet werden.**

Tiefgekühltes Hackfleisch wandert nach dem Kauf nur dann in den Gefrierschrank bei mindestens -18 °C, wenn es noch nicht an- oder aufgetaut ist. Ist dies nach dem Transport nicht mehr der Fall, wird es im Kühlschrank aufgetaut und im Anschluss verarbeitet.

Möchtest du Hackfleisch selber einfrieren, brate es zunächst vollständig durch oder verpacke es direkt nach dem Einkauf klein portioniert in Gefrierbeutel. Drücke das Fleisch platt, so dass die Luft vollständig entweicht und es anschließend schnell gefrieren kann. Notiere das Einfrierdatum auf den Beuteln und verbrauche es **innerhalb von maximal drei Monaten.**

Übrigens: abgepacktes Hackfleisch ist häufig unter Schutzatmosphäre verpackt. Bei durchgehender Kühlung und ungeöffnet kannst du es bis zum angegebenen Verbrauchsdatum verzehren.

Aber Achtung: schaue mal genau auf die angegebenen Kühlbedingungen mit oft sehr niedrigen Temperaturen. Schafft dein Kühlschrank diese Kälte nicht, verarbeite dein Hack schnellstmöglich.

**Gesucht: Bodyguard
für besten Genuss!**





STEP

3

Geschickte Zubereitung

Vorsicht ist die Mutter der Porzellankiste ...
Vor der Zubereitung solltest du dein Hackfleisch zunächst prüfen. Riecht es säuerlich und unangenehm oder ist die Oberfläche dunkel verfärbt? In diesem Fall musst du das Fleisch leider entsorgen.

Tiefgekühltes Hackfleisch kannst du praktisch über Nacht im Kühlschrank auftauen und am Folgetag verarbeiten.

Brate oder grille das Fleisch immer vollständig durch (mind. 70 °C im Inneren für 2 Min.). Gerade beim Grillen bietet sich ein Fleischthermometer an.

Denn erst bei dieser Temperatur und Zeit werden krankheitserregende Bakterien sicher abgetötet.

Wichtig: Blitzsaubere Messer und Bretter (kein Holz) sowie gründliche Handhygiene vorher & nachher!

Mett oder Meat -
so wird's mega
lecker!



Roh sicher lecker ...

Rohes Hackfleisch und Mett erfreuen sich großer Beliebtheit. Da diese nicht erhitzt werden, ist die Gefahr von Infektionen nach dem Verzehr deutlich größer. Schwangere, Kleinkinder oder Personen mit einem geschwächten Immunsystem sollten daher auf den Verzehr von rohem Hackfleisch verzichten.

Achte bereits beim Kauf auf absolute Frische und lass dir dein Hackfleisch am besten frisch herstellen.

Dein Lieblings-Hack!

Geschärfte Burritopizza

Für 4 Personen

400 g gemischtes Hackfleisch

2 Zwiebeln

250 g Champignons

1 Tiger-Paprika (rot-gelb-gestreift)

50 g Jalapeños (Glas)

150 g Cheddar (Stück)

2 EL Öl

100 g passierte Tomaten

Salz, Pfeffer, Paprika, Oregano

2 Pck. Pizzateig (à 400 g, Kühlregal o. selbstgemacht)

30 g geriebener Parmesan



Paprika waschen, Zwiebeln schälen und Champignons putzen; alles in Streifen schneiden. Jalapeños abtropfen lassen. Cheddar reiben. Ofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 200 °C / Umluft: 180 °C). Hack im Öl krümelig braten. Zwiebeln und Champignons kurz mit braten. Passierte Tomaten zugießen, aufkochen. Mit Salz, Pfeffer, Paprika und Oregano würzen.

Teige mit Backpapier entrollen. An den Längsseiten je ca. 6 cm lange und ca. 3 cm breite Streifen einschneiden.

Hacksoße jeweils auf die Mitte geben. Paprika und Jalapeños darauf verteilen. Cheddar daraufstreuen. Teigstreifen abwechselnd über Kreuz über die Füllung legen. Beide Rollen mit dem Backpapier auf ein Blech legen, mit Parmesan bestreuen: ca. 30 Minuten backen. Guten Appetit!

Noch etwas übrig?

Durchgegartes Hackfleisch oder Gerichte mit Hackfleisch im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von maximal 2 Tagen genießen.

*Weitere Rezepte & praktische Tipps
zu allen Hofladen-Leckereien auf ...*



<https://www.landservice.de/wp/>



Hofläden, Cafés, Urlaubshöfe ...



<https://www.landservice.de/lis/start>

Landwirtschaftskammer
INordrhein-Westfalen

HERAUSGEBER

Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen
Fachbereich Landservice, Regionalvermarktung
Redaktion: Charlotte van Gember | Layout: Renate Miethe
Nevinghoff 40, 48147 Münster
landservice@lwk.nrw.de

Dieser Informationsflyer wurde erstellt im Rahmen der nordrhein-westfälischen Landesinitiative „Erschließung neuer Aktivitätsfelder für landwirtschaftliche Unternehmerfamilien und Beitrag zur Verbraucherinformation“. Stand: 6/2021

Fotos: Freepik, dolga1, JJAVA, dizelen, kab-vision, silencefoto
© stock.adobe.com | Renate Miethe, LWK NRW