

# Jerky für Anfänger

Das Trocknen von Fleisch gehört neben dem Räuchern zu den ältesten bekannten Konservierungsmethoden. Schon unsere Vorfahren und die Indianer Nordamerikas nutzten das Trocknen von Fleisch seit Tausenden von Jahren um Vorräte für den Winter oder Notzeiten herzustellen. Lesen Sie hier alles Wissenswerte über Dörrfleisch und seine Herstellung.

Wird Dörrfleisch aus Rind hergestellt heißt es Beef Jerky. Wird es aus anderen Fleischsorten hergestellt, heißt nur Jerky und in Südafrika Biltong.

In Zeiten der Low-Carb Bewegung und einer boomenden Sport- und Outdoorindustrie erlebt Jerky gerade eine Renaissance als Snack oder

leichte, gut transportierbare Verpflegung. Leider enthalten die industriell hergestellten Varianten meist eine Menge Konservierungsmittel, künstliche Aroma- und Farbstoffe und ist sündteuer. Preise von € 80,-/kg sind keine Seltenheit.

Geeignete Fleischarten

Im Prinzip eignet sich fast jedes Fleisch zum Trocknen – es sollte nur möglichst mager sein, da Fett schon nach kurzer Zeit ranzig wird und dadurch das Geschmackserlebnis trübt.

Gute Erfahrungen habe ich persönlich mit dem Fleisch von Rind, Reh-, Rot- und Dammwild gemacht. Wildschweinjerky ist nicht lange haltbar und wird schnell ranzig. Auch Geflügel oder Fisch kann man mit der unten stehenden Methode problemlos trocknen.

## Schritt für Schritt Anleitung

Im Prinzip lässt sich das Herstellen von Jerky grob in drei Schritte unterteilen: das Vorbereiten, Marinieren und das tatsächliche Trocknen des Fleisches.

## Jerky Grundrezept

### Zutaten

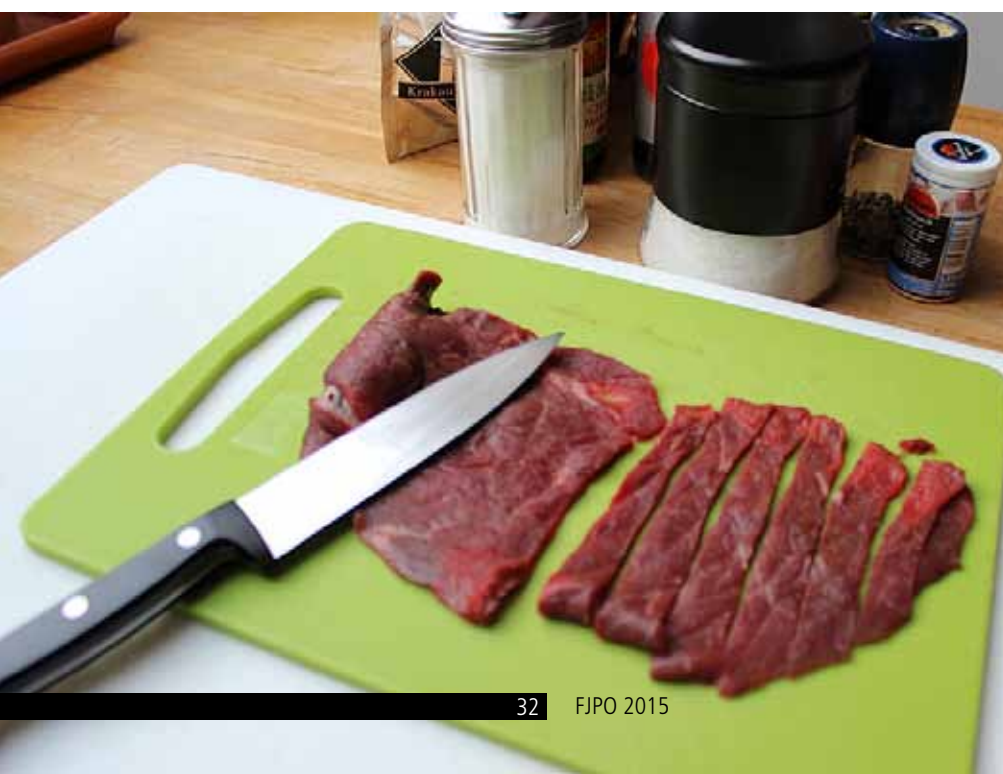
- 1kg Fleisch (Reh, Hirsch, Rind)
- 1/3 Tasse Worcestersauce
- 2/3 Tasse helle Sojasauce
- 3 EL Brauner Zucker oder Honig
- 1 EL Teriyakisauce
- 1TL Liquid Smoke (gibt es in diversen Internetshops)
- 1 TL schwarzen Pfeffer
- 1 TL granulierten Knoblauch
- 1 TL Zwiebelpulver
- 1 TL Salz

### Zubereitung

- Fleisch anfrosten und mit einer Küchenmaschine in dünne ca. 7 – 8 mm dicke Scheiben schneiden. Zur Not geht auch ein scharfes Küchenmesser.

Die obenstehenden Zutaten zur Marinade vermengen und zusammen mit dem Fleisch in Tuberschüssel füllen oder vakuumieren. Wer es gerne schärfer mag fügt noch Chiliflocken hinzu.

Über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Das Fleisch sollte am nächsten Tag von der Marinade eher grau – schwarz als rot sein





**Fleisch mit Küchenrolle abtupfen**

Fleisch auf mittlerer Stufe in den Dörrautomaten ca. 8 – 9 einen Teil 12 – 13 Stunden trocknen lassen. Letzteres hat dann fast die Konsistenz von Chips.

- Wenn kein Dörrautomat vorhanden – Backblech/e mit Backpapier auslegen und mit Fleisch belegen. Mit Abstand zwischen den einzelnen Scheiben.

Mit der geringst möglichen Temperatureinstellung an den oben stehenden Zeiten orientieren. Damit der Ofen nicht zu heiß wird – Kochlöffel oä. in die Ofen-

tür, damit die verdampfende Flüssigkeit entweichen kann. Mit dieser Zubereitungsart habe ich ehrlich gesagt die geringste Erfahrung.

- Auskühlen lassen und in Wienergläser oder locker in Zipobags verpacken. Nicht vakuumieren! Für größere Mengen Fleisch gibt es übrigens manuelle oder elektrische Jerky Slicer, die einem die Schnippelarbeit abnehmen. Einfach mal danach googlen...

Jerky aufbewahren & verfeinern. Wird das Jerky trocken, dunkel und kühl gelagert, sollten 6 oder mehr Monate Haltbarkeit problemlos drin sein. Bei mir haben sich dafür Gläser mit Schraubdeckel (z.B. für Bockwürste oder Wiener Würstchen) sehr bewährt.



 **fischen.ch**

Der Online-Shop für Fischer.

ONLINE-SHOP

LADENLOKAL

PATENTAUSGABE





grösstes online Sortiment

kostenlose Lieferung


Lieferung innert  
2 – 3 Werktagen

bequem auf Rechnung

 fischen.ch AG  
Chasseralstrasse 3  
4900 Langenthal

 0800 777 066

 info@fischen.ch

 www.fischen.ch



Corporation | von Ballmoos | Cirobisi  
**UNTERLAGSBÖDEN AG**

Unterlagsböden und Fliessestriche mit sämtlichen Isolierarbeiten, Hartbeton, Zementüberzüge inkl. Treppen, Ausgleichschichten aus Styrobeton

**Ihr Partner für gerade Sachen**

CVC Unterlagsböden AG, Gummertliweg 8, 4702 Oensingen  
Tel. 062 / 216 38 22 - Fax 062 216 49 58

Website **www.cvc-ag.ch**  
Mail **mail@cvc-ag.ch**