

Comeback des Chüngels

Kochen wie zu Grossmutterns Zeiten – bloss leichter und moderner. Diesen Trend stellt der langjährige Spitzengastronom, Kochbuchautor und heutige Gastroberater Thuri Maag fest.

«Kaninchen ist zarter als das teuerste Kalbfleisch und auf vielfältige Art zubereitbar», schwärmt Thuri Maag. Kaninchenfleisch lässt sich grillieren, braten, schmoren und sogar roh essen. Der Gastronom beschäftigt sich seit Jahren mit dem gesunden und fettarmen Kaninchen und hat für zahlreiche kreative Variationen einfache, schmackhafte Gerichte entwickelt. Auf seiner Website www.delikantessa.ch hat er über 60 Rezepte aufgeführt. Als er ein Bub war, hatte seine Mutter an den Feiertagen immer Chüngel-Ragout mit Kartoffelstock gemacht, und auch er hält an dieser Tradition fest.

Heute weiss man: Thuri Maags Mutter handelte genau richtig: Chüngelfleisch eignet sich ganz besonders für Kinder und Jugendliche im Wachstum sowie für ältere Menschen. Da es praktisch fettfrei, arm an Cholesterin und so leicht verdaulich ist, bekommt es Jung und Alt. Ernährungsfachleute empfehlen es deshalb unter anderem auch kreislauf- und herzinfarktgefährdeten Menschen und schwächlichen Kindern.

Gesündestes Fleisch auf dem Markt

Wer sich gesund mit Fleisch ernähren will, sollte auf Kaninchenfleisch setzen. Das Chüngelfleisch hat wegen seiner Verträglichkeit, der gesundheitlichen Aspekte, der umweltfreundlichen Produktion und seines günstigen Preises die Chance, zum Fleischprodukt der Zukunft zu werden. Mit seinen ernährungsphysiologischen Werten stellt es alle anderen Fleischsorten in den Schatten: Es enthält weniger Fett als Wild-, Poulet- und Kalbfleisch und zählt zu den fettarmen Fleischarten. Sein Eiweissgehalt ist sogar höher als bei Rind- und Kalbfleisch. Von allen Fleischarten enthält es den höchsten Nährwert, was den Chüngel zum wertvollsten Fleisch im Speiseplan macht.

Das edelste Stück des Kaninchens ist der Rücken, doch Thuri Maag zieht ihm die Rippenstücke, Bauchlappen und Vorderschenkel vor. «Diese ergeben ein wunderbares Schmorgericht.» Ein Chüngel reicht für mindestens zwei Mahlzeiten – sofern man ihn ganz kauft. Einmal die Edelstücke roh oder kurz angebraten, einmal die Reststücke geschmort. Das ist mit ein Grund für Maags Vorliebe für Chüngelfleisch: «Das macht auch ökologisch Sinn.» Das Chüngelfleisch besticht durch seinen Geschmack, seine leichte Verdaulichkeit, die fast unbegrenzte Würzfähigkeit, da ihm der spezifische Eigengeschmack anderer Fleischarten fehlt, und seine helle Farbe.



Botschafter für Kaninchendelikatesen und Michelin-Stern Koch Thuri Maag, www.delikantessa.ch.

Der Chüngel ist wieder voll im Trend

Mit dem Aufkommen des Poulets haben die meisten Küchenchefs in der Schweiz verlernt, wie man mit dem Chüngel in der Küche umgeht. Das gilt auch für breite Kreise der Bevölkerung, die immer weniger mit dem Chüngel in direkten Kontakt kamen. Zu Unrecht: Der Chüngel ist ein Tier, das in der gesunden, ökologischen und nachhaltigen Nahrungsmittelproduktion nicht zu übertrifft ist.

Chüngel als Auslandschweizer

Der Konsum von Chüngelfleisch nimmt in der Schweiz zu. Doch die Schweizer Produzenten können die Nachfrage nach Chüngelfleisch nicht decken. Um jene Hunderttausende von Chüngeln zu produzieren, deren Fleisch in der Schweiz genossen wird, benötigte man eine Landfläche in der Grösse des Kantons Zürich. Doch diese steht nicht zur Verfügung. Deshalb werden Kaninchen hierzulande in relativ kleinen Betrieben gezüchtet und gemästet. Diese sind oft nicht in der Lage, die Tiere nach jenen Standards heranzuziehen, wie sie die Tierschutzverordnung offiziell verlangt. 70 Prozent der Kaninchen, die in der Schweiz in den Handel kommen, werden deshalb nach schweizerischen Qualitätsstandards in Ungarn aufgezogen. Diese Chüngel, die hierzulande auf den Teller kommen, können deshalb guten Gewissens als Auslandschweizer betrachtet werden.

KAGfreiland kämpft für Deklaration und artgerechte Haltung

Welches Fleisch auf den Teller kommt, ist nicht nur Geschmackssache. Fragen nach dem Gesundheitsaspekt und der Haltung der Tiere spielen eine immer wichtigere Rolle. Die Migros führt in ihrem Sortiment nur Schweizer Kaninchenfleisch und solches aus Ungarn, das nach den strengen Richtlinien der Schweizerischen Tierschutzverordnung produziert wurde. Chüngelfleisch, das diesen Ansprüchen nicht genügt, erkennen die Konsumentinnen und Konsumenten am Zusatz «aus in der Schweiz nicht zugelassener Haltungsform». Leider halten sich viele Anbieter nicht an diese Deklaration.

KAGfreiland, die Non-Profit-Organisation, die sich seit 1972 für die artgerechte Haltung von Nutztieren einsetzt, hat bereits mehrmals Gesetzesverstösse bei der Deklaration von Import-Kaninchenfleisch

aufgedeckt und fordert die Fleischbranche auf, ihre Verantwortung wahrzunehmen. Wo die Herkunft des Kaninchenfleisches nicht deklariert wird, lohnt es sich deshalb, nachzufragen. Nur so erhalten die Konsumentinnen und Konsumenten die Gewissheit, dass die Tiere nicht aus tierverachtenden Kaninchenfabriken, wie sie im Ausland vielerorts an der Tagesordnung sind, stammen.

Auslandschweizer, das zeigt die Geschichte, waren in ihren Gastländern rund um den Globus oft die produktivsten Mitbewohner. Die Schweizer Chüngel, produziert nach den schweizerischen Standards, stehen ganz in dieser Tradition. Sie sind Teil der Schweizer Nahrungsmittelindustrie, die längst über die Landesgrenzen hinausgewachsen ist. www.delimpex.ch

(Texte: Klaus J. Stöhlker, Mediensprecher der Delimpex AG. Bild: Philippe Welti)