



Rubrik: Kalträuchern

Geräucherte Schweinelende

Zunächst die Lende von Fett, Bindegewebe und Silberhaut befreien. Das Fett lässt sich ganz einfach mit einem scharfen Messer entfernen. Bei der Silberhaut fahre ich mit einem Löffelstiel zwischen Silberhaut und Muskelfleisch und kann so die Silberhaut mit einem Ruck abziehen. Die so fertig parierte Lende ist nun bereit zum Pökeln. Es hat sich bewährt, die Pökelmischung im Mixer zu zerkleinern und zu vermischen.



Ihr benötigt:

Eine Schweinelende

25 g Nitrit-Pökelsalz

5 g Zucker

ca. 8-10 Stück Wacholderbeeren

1 Lorbeerblatt (getrocknet)

Das Startgewicht meiner hier verwendeten Lende lag bei 681 Gramm.

Da hier mit relativ wenig Salz gearbeitet wird, unbedingt den Zucker zugeben, sonst lauft ihr Gefahr, dass die Lende verdirbt.

Nun, die Lende mit der Pökelmischung einreiben und möglichst vakuumieren oder straff in Frischhaltefolie einpacken. Falls ihr vakuumiert, müsst ihr schnell hintereinander arbeiten, denn das Pökelsalz zieht im Nu

Flüssigkeit aus der Lende. Nun lasst ihr die Lende im Kühlschrank für mindestens 7 Tage pökeln. Um die Gewürze möglichst gleichmäßig zu verteilen, sollte die Lende während der Pökelzeit möglichst täglich gewendet und massiert werden. Gutes braucht eben viel Liebe! :-)



Nach der Pökelzeit befreit ihr die Lende aus dem Pökel-Gefängnis, wäscht sie unter lauwarmem Wasser gründlich ab und tupft sie mit einem Geschirrtuch oder Küchenrolle trocken. Nun darf die Lende noch einmal für 3-4 Tage in den Kühlschrank zum Durchbrennen.

Dafür legt sie am Besten auf einen Rost, so dass sie von allen Seiten gut ablüften kann. Dafür kann ich die IKEA Koncis-Form nur wärmstens empfehlen. Wenn die Oberfläche trocken ist, könnt ihr direkt räuchern, sonst muss das Fleisch noch einmal etwas ablüften. Da ich diesmal die Lende hängend räuchern wollte, habe ich sie vor dem Durchbrennen schon abgebunden. Oftmals



hinterlässt das Räuchern auf dem Rost unschöne Abdrücke und das wollte ich für die Foto-Schönheit vermeiden.

Die Lende wird nun in 2-3 Durchgängen a 10-12 Stunden im Buchenrauch geräuchert. Zwischen den Durchgängen immer gut 12 Stunden Pause lassen. Eigentlich sollte die Lende nach dem Räuchern noch ein paar Tage ablüften, dass bekomme ich aber nicht hin und spätestens nach einem Tag muss ich probieren.

Noch etwas zum Gewichtsverlust, der ja auch ein Indikator für die Qualität und Reife ist. Nach dem Pökeln betrug das Gewicht noch 673g, nach dem Durchbrennen 617g. Nach dem Räuchern und Ablüften standen 571g zu Buche. Das sind also ca. 16% Gewichtsverlust, was ich für eine saftige Lende durchaus als ausreichend finde. Die komplette Zubereitungszeit betrug 17 Tage.

