

Das beeinflusst die Qualität von Wildfleisch

Wildfleisch ist auf Grund seiner Zusammensetzung sehr gesund. Auch die Feinfaserigkeit und die Zartheit sowie das würzige Aroma zeichnen dieses Fleisch aus, was auch eine Untersuchung an der HBLEFA Raumberg-Gumpenstein wieder bestätigt.

Von Roland KITZER und Georg TERLER



Auf uns Konsumenten wirken heute viele Informationen im Zusammenhang mit gesunder Ernährung ein. Durch diese Informationsflut werden wir zunehmend kritischer und sensibler, wie Lebensmittel produziert bzw. erzeugt werden. Als Konsumenten fordern wir unter anderem artgerechte Tierhaltung, stressfreie Tötung sowie die Rückverfolgbarkeit der Prozessabläufe zur Erzeugung der Lebensmittel. Zusätzlich nehmen Ethik, Tierwohl und regionale Herkunft einen hohen Stellenwert ein. Wir erwarten vielfach, zu einem Produkt (Lebensmittel) auch ein Stück Heimat (Identitätsverbundenheit) zu konsumieren.

Ethische und ökologische Qualität

Gerade Wildfleisch aus der freien Natur kann diese Voraussetzungen gut erfüllen. Das Wild kann sich frei und uneingeschränkt bewegen sowie selektiv Nahrung aufnehmen, wann immer es ihm ein Bedürfnis ist. Die uneingeschränkte Bewegungsfreiheit und die abwechslungsreiche Nahrung aus Kräutern und Gräsern sind unmittelbar für den Geschmack des Wildfleisches verantwortlich. Wildfleisch gilt als besonders feinfaserig, fett- und cholesterinarm und der Eiweißgehalt ist im Vergleich zu landwirtschaftlichen Nutztieren ähnlich hoch.

In der Praxis herrscht häufig die Meinung, dass im Frühjahr erlegtes Wild im Genusswert eingeschränkt sei. Es gilt oft als geschmacklos, wässrig oder ausgezehrt. Um genauere Informationen über die Fleischqualität von Reh- und Rotwild zwischen den Jahreszeiten Frühling und Herbst zu erhalten, wurden an der HBLFA Raumberg-Gumpenstein in Kooperation mit den steirischen Landesforsten Untersuchungen durchgeführt.

Fleischzartheit und Verkostung

Das Rehwildfleisch erwies sich bei der Verkostung und bei der Scherkraftmessung – einem objektiven Zartheitsmaß – deutlich zarter als das Rotwildfleisch. Dies ist vermutlich auf die feinere Fleischfaserung zurückzuführen. Jungtiere (bis ein Jahr alt) hatten ein deutlich zarteres Fleisch als ältere Tiere (über ein Jahr alt).

Beim Rehwild war der intramuskuläre Fettgehalt (IMF) im Herbst deutlich höher als im Frühjahr. Das ist wahrscheinlich dem Umstand geschuldet, dass die Rehe im Herbst Depotfett als Energiereserve für den Winter ansetzen. Beim Rotwild war der IMF-Gehalt im Frühjahr und Herbst ähnlich hoch. Bei anderen Tierarten mit höheren IMF-Gehalten wie z.B. Rindern führt in der Regel ein höherer IMF-Gehalt zu einer verbesserten Zartheit des Fleisches. Bei Reh- und Rotwild, wo der IMF prinzipiell sehr niedrig ist, hat er aber anscheinend keine

große Auswirkung auf die Zartheit. Im Allgemeinen lässt sich sagen, dass das Wildfleisch eine ausgezeichnete Zartheit aufweist.

Bei der sensorischen Verkostung traten kaum Unterschiede auf. Das Rehwild war jedoch wesentlich zarter als das Fleisch vom Rotwild. Beim Rehwild zeigt sich das Fleisch der jungen Tiere deutlich zarter als jenes der älteren Tiere, während beim Rotwild kein Unterschied zwischen verschiedenen alten Tieren feststellbar war.

Fettsäuren und Mineralstoffe

Während gesättigte Fettsäuren (SFAs) aufgrund negativer gesundheitlicher Wirkungen unerwünscht sind, werden hohe Gehalte an mehrfach ungesättigten Fettsäuren (PUFAs) im Fleisch angestrebt, da sie gesundheitsfördernde Wirkungen haben. Innerhalb der PUFAs sind vor allem die Omega-3-Fettsäuren von besonderer Bedeutung, da sie unter anderem das Herzinfarktrisiko verringern können. Sowohl beim Reh- als auch beim Rotwild war der Gehalt an günstigen PUFAs im Frühjahr deutlich höher und die Gehalte an SFAs und einfach ungesättigten Fettsäuren (MUFA) wesentlich niedriger als im Herbst. Fleisch von Rot- und Rehwild ist sehr reich an Omega-3-Fettsäuren und PUFAs und kann daher als sehr gesund bezeichnet werden. Eine wichtige Kennzahl für das Fettsäuremuster ist das Omega 6/Omega 3-Verhältnis. Dieses Verhältnis sollte in unserer Ernährung möglichst unter 5:1 liegen, was bei allen untersuchten Gruppen eindeutig erreicht wurde. Das Fleisch des Rehwilds wies im Durchschnitt ein deutlich niedrigeres Verhältnis und somit ein günstigeres Fettsäuremuster auf als jenes des Rotwilds.

Die Qualität von Wildfleisch ist objektiv messbar.

Foto: Kitzler



Tab.: Wichtige Fleischqualitäts-Merkmale bei Wildfleisch

	Rehwild Frühjahr	Rehwild Herbst	Rotwild Frühjahr	Rotwild Herbst
Fleischfarbe Helligkeit	39	37	36	36
Grillsaftverlust, %	23	23	23	24
Saftigkeit Verkostung (1-6, 6= beste)	4,1	4,3	3,9	4,1
Zartheit Verkostung	4,6	4,6	4,3	3,9
SFA, %	44	47	38	45
Omega-3 FS, %	12	5	9	7
Eisen, mg/kg TM	99	113	91	160
Zink, mg/kg TM	132	97	131	154

Der Gehalt an einzelnen Mengen- und Spurenelementen unterschied sich deutlich zwischen den Wildarten. Das Fleisch des Rotwildes war wesentlich reicher an Magnesium und Eisen als das Rehfleisch. Im Gegensatz dazu wies das Fleisch des Rehwilds einen höheren Mangan-Gehalt auf.

Fleischfarbe und Saftverluste

Die Fleischfarbe ist für den Konsumenten ein wichtiges Kauf- und Genusskriterium. Das Fleisch des Rotwildes war deutlich dunkler und rötlicher als jenes des Rehwildes. Im Herbst war Reh- und Rotwild intensiver rot als im Frühjahr. Das Alter der Tiere hatte keinen Einfluss auf die Fleischfarbe.

Grundsätzlich sind geringe Saftverlust bei der Fleischzubereitung erwünscht, da das Fleisch dann beim Verzehr saftiger und zarter ist. Beim Rotwild war der Tropfsaftverlust wesentlich geringer als beim Rehwild. Die im Herbst erlegten Rehe wiesen deutlich niedrigere Tropfsaftverluste auf als die im Frühjahr erlegten Rehe. Beim Rotwild war dagegen der Tropfsaftverlust im Frühjahr etwas geringer als im Herbst. Koch- und Grillsaft wurden weder von Tierart, Jahreszeit oder Alter beeinflusst.



Fazit

Zwischen den beiden Tierarten bestehen teilweise deutliche Unterschiede in der Fleischqualität (v.a. Farbe, Zartheit, Fettsäuremuster). Ob das Wild im Frühjahr oder Herbst erlegt wird, hat dagegen meist nur einen geringen Einfluss. Zusammenfassend sprechen sämtliche Argumente dafür, dass Wildbret aus der freien Natur ein hochwertiges, gesundes, nach ethischen Maßstäben gewonnenes Lebensmittel ist und die Qualität (Farbe, Safthaltevermögen, Zartheit, Inhaltsstoffe, Fettsäuren, Mengen- und Spurenelemente) ähnlich wie bei landwirtschaftlichen Nutztieren bzw. oft sogar besser ist. ■

Roland Kitzer ist Fleischlaborant und DI Georg Terler ist Abteilungsleiter am Institut für Nutztierforschung der HBLFA Raumberg-Gumpenstein.

Abb: Zartheit (Scherkraft) und Intramuskuläres Fett bei Fleisch von Reh- und Rotwild

