

# Warum Wildfleisch?

Woraus setzt sich die Wildfleischqualität zusammen?  
Wie bringt man die optimale Qualität auf den Teller?  
Wildbret für ernährungsbewusste Konsumentinnen  
und Konsumenten!

ASS.-PROF.  
DR. PETER PAULSEN  
Institut für Fleischhygiene der  
Vet.-Med. Universität Wien



Wer sich – entsprechend dem aktuellen Ernährungstrend – gesund von naturnah gewonnenen Lebensmitteln ernähren möchte, wird früher oder später mit Wildfleisch in Kontakt kommen.

**W**ildkochbücher liegen voll im Trend: Einer der führenden Internetanbieter gibt über 150 lieferbare Buch- und Broschürentitel an (Stand: August 2017). Man kann sich bei der Lektüre Appetit holen und Wildbretgerichte in Restaurants und Gasthäusern genießen. Die Auswahl ist reichhaltig, mit saisonalen Schwerpunkten. Wildkochbücher regen aber auch zum Selbermachen an. Dazu muss der Konsument Zugang zu frischem und einwandfreiem Wildbret haben. Warum sich aber die Mühe machen, zu solchem Fleisch zu kommen?

**Wildbret: das andere Fleisch**  
Das Muskelfleisch der verschiedenen Wild- und Nutztierarten hat grundsätzlich denselben Aufbau (Muskel Fasern, Bindegewebe, Blutgefäße und Nerven) und eine ähnliche Zusammensetzung, das heißt 20–25 % Eiweiß, 1–5 % Fett, etwa 1 % Mineralstoffe und 70–75 % Wasser. Wildfleisch ist aber doch etwas anders. Am besten kann man dies beim Vergleich von Wildtieren mit der jeweils domestizierten Form feststellen, etwa beim Vergleich von Wild- und Hausschwein, Europäischem Bison und Hausrind oder Mufflon und Schaf, also Formen, bei denen eine Kreuzung noch möglich ist. Gerade zum Vergleich von Wild- mit Hausschwein liegen zahlreiche Studien vor. Dabei kann die Züchtung des Hausschweins auch als Anpassung an vom Menschen vorbestimmte Anforderungen und Haltungsformen verstanden werden. Die Muskulatur der Wildschweine ist eiweißreicher und wasserärmer, an regelmäßige und ausdauernde Bewegung angepasst, was sich

in dünneren Muskelfasern mit besserer Blut- und damit Sauerstoffversorgung widerspiegelt; diese „oxidativen“ Fasern enthalten dann auch mehr Muskel Farbstoff und damit Eisen. Daher ist die Muskulatur auch eher dunkelrot. Im Gegensatz dazu steht beim Hausschwein die Zunahme der Muskelmasse durch Dickenwachstum der Muskelfasern im Vordergrund; diese Fasern sind nicht für andauernde Bewegung ausgelegt (was in der Schweinehaltung auch nicht nötig ist, da das Futter nicht in Bewegung, sondern in Gewichtszunahme angelegt werden soll), sondern für eher kurzfristige Aktivität. Da diese Aktivität auch mit wenig bis keinem Sauerstoff abläuft, werden diese Fasern als „glykolytisch“ bezeichnet, sie erscheinen auch heller („weiße Fasern“). Der Nachteil dieser dicken weißen Fasern ist, dass es durch Beanspruchung des Tieres, insbesondere kurz vor der Schlachtung, zu einer Überhitzung und schnellem Abbau der Kohlenhydrate im Muskel kommen kann, wodurch sich eine schnelle Säuerung des Fleisches ergibt. Diese kann in weiterer Folge zu einer Schädigung der Muskeleiweiße führen, wodurch Wasser aus dem Muskel austritt. Der Wasserfilm an der Fleischoberfläche reflektiert das Licht, und damit ist das Fleisch nicht nur wässrig, sondern auch heller; durch den Wasseraustritt ist das rohe Fleisch auch weicher – beim Erhitzen wird der Wasserverlust noch verstärkt, und das Fleisch wird dadurch härter, was letztlich als „PSE“-Fleisch bekannt ist. Bei Wildschweinen erfolgt die Säuerung aufgrund des höheren Anteils von oxidativen Fasern langsamer; allerdings könnte durch eine zu hohe



Weitere Artikel  
zu diesem Thema  
finden Sie auf  
unserer Website:  
[www.weidwerk.at](http://www.weidwerk.at)



**HAUSSCHWEIN VS. WILDSCHWEIN.**

*Hausschweine weisen aufgrund ihres Zuchtziels eine andere Zusammensetzung der Muskelfasern auf als Wildschweine.*

FOTOS PIXELIO.AT (L.), STEFAN MEYERS (R.)

Körpertemperatur nach dem Erlegen – das heißt bei spätem Ausweiden – diese so hoch bleiben, dass es ebenfalls zu einer Schädigung der Muskeleiweiße und zu Wasseraustritt kommt. Beim Wildschwein bestehen die Muskeln nicht nur aus oxidativen Fasern, sondern es gibt auch wechselnde Anteile glykolytischer Fasern – der Anteil dieser Fasern steigt auch, wenn Wildschweine wie Hausschweine gehalten werden. In der Praxis – und das gilt für alles Schalenwild und nicht nur für das Wildschwein – ergibt sich durch den hohen Anteil der oxidativen Fasern die Möglichkeit, dass es bei Überbeanspruchung vor dem Tod zu einer Energieverarmung in der Muskulatur kommt und somit die Fleischsäuerung nach dem Tod nicht oder nur abgeschwächt abläuft (hoher pH-Wert). Das Fleisch-Eiweiß hält bei hohem pH-Wert Wasser gut zurück, damit ist die Fleischoberfläche trocken und eher dunkel – dieses Fleisch sieht zwar appetitlich aus, ist aber leider nicht lange haltbar. Die Bejagungstechniken, besonders bei der Bewegungsjagd, werden daher so gewählt, dass keine starke Energieverarmung vor dem Tod eintritt.

Neben den Muskelfasern weist auch das Bindegewebe Unterschiede auf, es ist bei Wildtieren im Allgemeinen dünner und besser löslich. Sowohl beim sichtbaren als auch beim in den Zellen befindlichen Fett gibt es Unter-

schiede, die in WEIDWERK-Artikeln schon behandelt wurden. Bei Wild mit einhöhligen Magen hat die Fettzusammensetzung der Äsung einen direkten Einfluss auf die Fettzusammensetzung des sichtbaren Fetts – so wie beim Hausschwein. Die Kurrung mit Mais führt daher zu höheren Anteilen von ungesättigten Fettsäuren im Fett, und damit zu weichem Speck, der schneller ranzig werden kann. Bei Wiederkäuern sind solche Effekte nicht oder nur geringfügig ausgeprägt.

Höhere Eisen- und Kupfergehalte in der Muskulatur von Wild sind auch durch die oxidativen Fasern erklärbar. Wildfleisch weist also sowohl in der Struktur als auch in der Zusammensetzung Unterschiede zum Fleisch vergleichbarer Nutztiere auf. Ein hoher Eisengehalt kann in der Muskulatur zu einem leberähnlichen Geschmack führen („livery taste“), was in den USA bei Rindfleisch und in Südafrika bei Gänsearten beschrieben wurde und im Prinzip auch bei europäischem Wild vorkommen könnte.

**Wildbretqualität**

Qualität ist eigentlich eine Frage des Verwendungszwecks. Aus dem Aufbau, der Zusammensetzung und der Behandlung des Wildes nach dem Erlegen ergeben sich die mit den Sinnen wahrnehmbaren Eigenschaften Farbe, Geruch sowie eventuelle Wässrigkeit.

Beim Kauf von frischem Wildbret bilden diese Eigenschaften den ersten und oft kaufentscheidenden Eindruck. Wildbret hat eher eine dunkle Farbe, was für manche Konsumenten etwas ungewohnt ist, aber das magere und nicht wasserlässige Fleisch macht immer einen guten Eindruck. „Frisches“ Fleisch ist immer ein paar Tage alt, es muss reifen können, um Zartheit und Geschmack zu entwickeln. Bei Wild reichen je nach Tierart aber 3–5 Tage im Kühlraum, um genügend Reife zu erzielen. Neben dieser sensorischen Qualität gibt es die ernährungsphysiologische, hygienische und verarbeitungstechnische Qualität. Die ernährungsphysiologische Qualität wird von der Zusammensetzung des Wildbrets und – beim Verzehr – von der Verfügbarkeit der Nährstoffe (das heißt, wie gut diese im Verdauungstrakt vom Körper aufgenommen werden) bestimmt. Manche Autoren führen an, dass unser Verdauungstrakt mit Wildbret optimal umgehen kann, weil es über Jahrtausende Teil der menschlichen Ernährung war („Paläo-Diät“). Das Konzept hat Schwächen, aber wer Wildfleisch gegessen hat, wird bestätigen können: Wildbret ist eben leicht verdaulich. Die hygienische Qualität ist eigentlich eine Grundvoraussetzung, um Wildfleisch an andere Personen weitergeben zu können, und gesetzlich genau geregelt. Dem

Jäger kommt dabei eine dreifache Aufgabe zu:

- 1 Tiere mit krankhaften Veränderungen erkennen und gegebenenfalls auf Lebensmitteleignung hin tierärztlich untersuchen zu lassen;
- 2 jede nachteilige Beeinflussung des Wildfleisches zu vermeiden;
- 3 sicherzustellen, dass die Herkunft des Wildbrets nachvollziehbar ist.

Bei der Verarbeitung zu Wurst oder Schinken kommen noch andere Anforderungen hinzu.

Es ist leicht verständlich, dass die Art der Bejagung und die Versorgung des Wildes nach der Erlegung die Wildbretqualität wesentlich beeinflussen. Jagd ist damit auch Verantwortung im Sinn der Lebensmittelsicherheit!

### Optimale Zubereitung

Mit der „optimalen Zubereitung“ verhält es sich wie bei Fleisch anderer Tiere: Es muss letztlich appetitlich aussehen, gut riechen und gut

schmecken. Teilstücke mit viel Bindegewebe kann man weich kochen – das Bindegewebe besteht aus Kollagen, einem Eiweiß, das beim Kochen aufquillt und weich wird. Allen Leserinnen und Lesern ist dieser Vorgang vom Rindsgulasch her bestens vertraut. Teilstücke mit wenig Bindegewebe werden durch lang andauerndes Braten eher gehärtet bzw. zerfasern beim längeren Kochen. Da Wildbret tendenziell zarter ist als das Fleisch von Nutztieren, ist aber auch ein durch-

gebratenes Teilstück noch relativ zart. Optimal wäre eine möglichst schonende Erhitzung mit einem zartrosa Kern, aber aus Gründen der Lebensmittelsicherheit sollten im Inneren des Fleisches Temperaturen von etwa 70 °C erreicht werden – das gilt auch für Fleisch von Nutztieren. Der Geschmack von erhitztem Fleisch ergibt sich durch

Reaktionen der Eiweiße, Fette und eventuell Kohlenhydrate. Da sich Eiweiß- und Fettzusammensetzung der Wild- und Nutztiere unterscheiden, ergeben sich auch nach dem Erhitzen Unterschiede im Aroma. Ob man den Fleischgeschmack mit Gewürzen oder anderen Zutaten sparsam akzentuiert oder mit Saucen „zudeckt“, möge jeder für sich selbst entscheiden.

### Ökologie und Ethik

„Artgerechte Tierhaltung“ und der „ökologische Fußabdruck“ sind häufig gebrauchte Begriffe im Zusammenhang mit Lebensmitteln tierischer Herkunft. Obwohl der Lebensraum und die Aktivitäten der Wildtiere regional verschieden deutlich eingeschränkt werden, sei es durch Straßennetze, Freizeitnutzung des Waldes usw., so kann sich das Wild letztlich so anpassen, dass ein Ausleben des natürlichen, „artgerechten“ Verhaltens möglich ist. Die Erlegung soll – nicht nur im Interesse der Leidensvermeidung – unerwartet, schnell und schmerzfrei erfolgen, damit am Wildbret keine Stresserscheinungen auftreten können. Wildfleisch als natürlich nachwachsende Eiweißquelle ist in manchen Weltgegenden noch immer ein wesentlicher Teil der Ernährung. In Europa ist es zwar nur ein Nischenprodukt, aber auch etwas Besonderes – ein Naturprodukt, das in der eigenen Küche mit wenig Aufwand veredelt werden kann.

### Warum Wildbret?

Wer sich – entsprechend dem aktuellen Ernährungstrend – gesund von naturnah gewonnenen Lebensmitteln ernähren möchte, wird früher oder später mit Wildfleisch Erfahrungen machen. Ernährungsbewusste Konsumenten werden Wildbret aufgrund seiner Zusammensetzung besonders schätzen und lieben. Diese naturgegebene Qualität in ungeschmälerter Form an den Mann oder die Frau zu bringen, ist eine der Hauptaufgaben der Jagd!

#### Literatur:

Eine Literaturliste kann in der Redaktion angefordert werden: Tel. 01/405 16 36-30, E-Mail: redaktion@weidwerk.at



#### NATURGEBEBENE QUALITÄT.

*Wildbret gilt als gesundes, naturnah gewonnenes Lebensmittel – auch Murmeltiere können zu einem kulinarischen Highlight zubereitet werden!*

FOTO WEIDWERK