

Polnische



Beschreibung:

Bei den Polnischen, auch Bauernseufzer genannt, handelt es sich um eine gut geräucherte und gewürzte grobe kleine Rohwurst. Die Wurst wird entweder kalt mit Brot, manchmal auch garniert mit Zwiebeln, oder warm mit Sauerkraut verzehrt. Zur Erklärungen des Namens wird berichtet, dass so manchem Bauern ein Seufzer entfuhr, wenn er seine geräucherten Würste an Gäste abgeben musste. Nach einer anderen Version sollen die Bratwürste so lang sein, wie die Seufzer und Klagen der Bauern über das schlechte Wetter.

Meine Rezeptur

50 % mageres Schweinefleisch, 30 % kerniger Rückenspeck, 20 % mageres Rindfleisch

Würzung: Würzmischung

Weitere Zutaten:

Nitritpökelsalz (Speisesalz, Konservierungstoff: E 250): 2,9 g/100 g im Endprodukt nach der Herstellung

Buchenrauch

Zusatzstoffe**

** vergl. Rückseite

Hinweis für Allergiker

Allergieauslöser gemäß hauseigener Rezeptur:

Sellerie, Kann Spuren von Lactose enthalten

Nährwerte und Vitamine

	pro 100g	pro Portion (60 g)	Tagesbedarf (%)*
Energie	380,0 kcal	228,0 kcal	11,4
Eiweiß	14,8 g	8,9 g	17,8
Kohlenhydrate	< 0,5 g	< 0,5 g	< 0,5
Fett	34,2 g	20,5 g	29,3
Vitamin A	7,0 µg	4,2 µg	0,5
Vitamin B1	0,6 mg	0,4 mg	32,7
Vitamin B2	0,2 mg	0,1 mg	8,6
Vitamin B12	2,0 µg	1,2 µg	48,0
Eisen	1,3 mg	0,8 mg	5,6

Die Nährwerte beziehen sich auf die angegebene Rezeptur. Durch die handwerkliche Herstellung können sich Abweichungen ergeben.

Die Angaben für die Vitamine sind Durchschnittswerte, wie sie für vergleichbare Produkte am Markt analytisch ermittelt wurden.

* prozentualer Anteil an dem empfohlenen Tagesbedarf (2.000 kcal) einer erwachsenen Frau im mittleren Alter mit durchschnittlicher körperlicher Aktivität. Der Tagesbedarf variiert individuell je nach Geschlecht, Alter und körperlicher Tätigkeit.

Herstellung

Die Herstellung von Rohwürstchen entspricht im Wesentlichen der klassischen Rohwurstherstellung. Während die schnittfesten Rohwürste in der Regel in großkalibrigen Hüllen angeboten werden, sind ihre kleineren Verwandten in essbare dünnkalibrige Naturdärme gefüllt und einzeln abgedreht (portioniert). Grundlage für die hervorragende Qualität ist die Verarbeitung von frischem und sorgfältig ausgesuchtem Fleisch. Zur Herstellung wird das Ausgangsmaterial mit Pökelsalz, Naturgewürzen und ggf. weiteren Gütezusätzen vermengt und anschließend über den Wolf auf die gewünschte Körnung geschrotet. Nach kurzer Ruhezeit wird das frische Mett in Naturdärme vom Schwein oder in Schafssaitlinge gefüllt. Anschließend werden die frischen Würste über Buchholz geräuchert. Rohwürstchen gibt es in vielen Varianten. Die Würzungen sind regional recht unterschiedlich, meist von rustikaler Natur und Betriebsgeheimnis. Neuerdings werden diese Spezialitäten auch mit scharfer Paprika-, Pfeffer oder Chillinote angeboten.

Zusatzstoffe im Produkt*

Konservierungsstoff	Natriumnitrit (in Nitritpökelsalz) (E250)
Geschmacksverstärker	Mononatriumglutamat (E621)

Eine tabellarische Übersicht über die Zusatzstoffe finden Sie in der Übersichtstabelle 'Zusatzstoffe'.

* Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe sind durch Angabe der E-Nummer oder der Verkehrsbezeichnung gekennzeichnet.

Tipps für die Verwendung

Salami und ihre Verwandten sind Würste mit langer Tradition und erfreuen sich auch heute besonderer Beliebtheit. Aufgrund der guten Haltbarkeit ist die Rohwurst der ideale Begleiter bei Freizeit, Sport und Wanderungen. Rohwürste passen fast immer: Als Auflage zu Brötchen, zu frischem Baguette oder zu herzhaftem Bauernbrot. Sie werden aber auch verwendet als Belag für Pizzas, als Einlage für Eintöpfe, Suppen, Quiches oder Gratins. Auch gemischte Salate können mit Salami verfeinert werden.

Tipps für die Lagerung und Haltbarkeit

Rohwürstchen sind aufgrund der besonderen Herstellung in der Regel ohne Kühlung haltbar. Um die gewünschte Konsistenz zu erhalten, empfiehlt es sich, die Würste im Kühlschrank bei + 7 °C nicht länger als 7 Tage zu lagern. Falls eine weitere Abtrocknung nicht erwünscht ist, sollten die Würste verpackt, abgedeckt oder in Frischhalteboxen aufbewahrt werden.