

Trockenfleisch selbstgemacht

Benötigt wird:

ca. 1kg mageres Fleisch (Pute, Huhn, Rind)

Melitta "Cross & Fritt" Backpapier

Viel Zeit!

Das Fleisch in kleine, ca. 1 cm große Würfel schneiden. Fett abschneiden, da es schnell ranzig wird. Die Würfel dicht an dicht auf ein mit dem Backpapier belegtes Backblech legen. Für 1kg Fleisch benötigt man zwei Backbleche.

Das erste Backblech bei 150°C im nicht vorgeheizten Ofen ca. 1-1,5 Stunden backen, damit die Salmonellen abgetötet werden. Dann den Ofen auf 100°C runterstellen und einen dicken Holzkochlöffel in die Backofentür klemmen. So kann die Feuchtigkeit besser entweichen.

Wenn sich das Volumen des Fleisches halbiert hat (nach ca. 2,5-3 Stunden), das Blech aus dem Ofen nehmen und dieselbe Prozedur mit dem zweiten Blech wiederholen.

Dann das gesamte Fleisch auf ein Backblech legen (eventuell mit neuem Backpapier), und bei 100°C mit leicht geöffneter Backofentür weiter trocknen lassen. Wenn das Fleisch auch innen hart ist, das Blech aus dem Ofen nehmen und weitere 24h an der Luft nachtrocknen lassen, am besten unter Gaze, wegen der Fliegen.

Das Trockenfleisch luftdicht und trocken aufbewahren. Es ist ca. ein Jahr haltbar. Aus 1kg Fleisch werden ca. 300g Trockenfleisch.

In einem Umluftherd geht das Trocknen am Besten (ich hab leider keinen!), man kann auch beide Bleche gleichzeitig in den Ofen tun. Dann aber öfters mal die Bleche tauschen!