

# Bresaola

**Bresaola** oder genauer *Bresaola della Valtellina IGP* ist die geschützte geographische Angabe (italienisches Kürzel IGP) für ein luftgetrocknetes Rinderfleisch aus Italien. Für diese Spezialität werden Stücke aus der Keule genommen. Sie ist vom Geschmack milder und etwas zarter als das schweizerische Pendant Bündnerfleisch.



Wer schon mal beim gehobenen Italiener gegessen hat, wird **Bresaola** kennen: Die Spezialität kommt nämlich bevorzugt als Antipasto auf den Tisch. Ähnlichkeiten von Bresaola und Bündner Fleisch in Aussehen und Konsistenz sind übrigens keineswegs zufällig - auch bei Bresaola handelt es sich um speziell vorbereitetes und getrocknetes Rindfleisch.

## Geschichte der Bresaola

Die Bresaola wurde das erste Mal im 15. Jahrhundert erwähnt, das spezielle Verfahren, Rindfleisch zu salzen und mit bestimmten Kräutern und Gewürzen einzureiben und dann in der Luft zu trocknen, ist aber sicher noch älter. Bresaola stammt aus dem norditalienischen Veltlin (Valtellina), das von 1512 bis 1798 ein Untertanenland des Freistaates der Drei Bünde in der Schweiz war. Die Schweizer führten das Herstellungsverfahren für Bündnerfleisch in der Region ein, das dann leicht abgewandelt zur Verfeinerung des Herstellungsverfahrens von Bresaola verwendet wurde. Man kennt die Bresaola auch in anderen norditalienischen Tälern und Gegenden. So produziert man sie beispielsweise auch im Valchiavenna; hier wird sie teils auch geräuchert, aus kleineren Fleischstücken hergestellt und länger getrocknet. Man nennt sie in dieser Form „Slinzega“.

Bresaola della Valtellina war lange Zeit nur in Italien bekannt, wo sie vorwiegend von Familien zum Eigenbedarf hergestellt wurde. Erst in den ersten Jahrzehnten des 19. Jahrhunderts wurde ihre handwerkliche Herstellung derart verfeinert und vervollständigt, dass sie auch ausserhalb der Grenzen Italiens, vor allem in der Schweiz, bekannt wurde und exportiert werden konnte.

Woher der Name Bresaola (Früher auch Brazaola, Brisaola oder auch Bresavola genannt) stammt, ist umstritten und kann nicht mehr zweifelsfrei nachvollzogen werden. Eine Theorie besagt, der Name leite sich vom Begriff *“Brasa”* (Glut) ab und beziehe sich auf die Glut in den Kohlebecken, die einst zur Erwärmung und Trocknung der Reifungsräume eingesetzt wurden. Eine andere Theorie geht davon aus, dass der Begriff vom Wort *“Brisa”* abstammt, mit dem im örtlichen Dialekt eine stark salzige Drüse der Rinder bezeichnet wird. Die Silbe *“saola”* weist möglicherweise auf die Verwendung von Salz bei der Herstellung von Bresaola hin.

## Herstellung der Bresaola della Valtellina

Zur Herstellung von Bresaola werden nur ausgesuchte Teile der Hüfte und der Rinderkeule (Hüftspitze, Oberschale, Unterschale, Schwanzrolle, Knochenunterteil) verwendet, die von erwachsenen Rindern (zwischen 18 Monaten und vier Jahren) aus der Region Sondrio stammen müssen. Die erlesenste Bresaola ist die *„Bresaola punta d'anca“* und wird aus der

Rindshuftspitze gefertigt. Die Fleischstücke werden sehr sauber von Fett und Sehnen befreit, so dass kein sichtbares Fett mehr vorhanden ist. Das Fleisch wird zunächst trocken eingesalzen und mit Salz, Pfeffer, Knoblauch, Lorbeer, Zimt und Nelken eingerieben, ausserdem können Wein, Zucker, Natrium- und Kaliumnitrite und -nitrate, Ascorbinsäure und das darin enthaltene Natriumsalz zugegeben werden. Die genaue Rezeptur für das Trockenpökeln unterscheidet sich von Hersteller zu Hersteller leicht und ist der Grund, wieso Bresaola della Valtellina je nach Hersteller unterschiedlich schmeckt.

Nach dem Einsalzen folgt eine Ruhephase in der aus den Fleischsäften und den Gewürzen gebildeten Lake von 10 bis 15 Tagen, je nach Grösse des Fleisches. Während dieser Ruhephase wird das Fleisch mehrmals massiert, so dass Salz und die Gewürze besser und gleichmässiger in das Fleisch einziehen können.

Die Bresaola wird dann abgewaschen und traditionell in Naturdärme gefüllt, wobei auch Kunstdärme zugelassen sind. Anschliessend folgt eine Trocknungsphase von etwa einer Woche, wobei die Bresaola insbesondere in den ersten Tagen einen grossen Teil ihrer Feuchtigkeit verliert. Dem Trocknungsprozess folgt eine Reifungsphase von 3 bis 7 Wochen; insgesamt dauern Trocknungs- und Reifezeit zusammen also ein bis zwei Monate. Während der Reifezeit werden die Bresaola in speziellen Kammern aufgehängt, wo sie unter idealen klimatischen Bedingungen und bei einer Temperatur von 12 bis 18°C reifen. Dabei verliert die Bresaola rund 40% ihrer Feuchtigkeit und wird dadurch lange haltbar.

## Eigenschaften, Geschmack und Verwendung

Die Bresaola della Valtellina wird in der Regel in einer leicht zylindrischen Form angeboten. Der Feuchtigkeitsgehalt beträgt, je nach verwendetem Fleischteil, maximal 60% bis maximal 65%.

Der Fettgehalt der Bresaola ist mit durchschnittlich 4%, maximal 7% relativ niedrig, der Eiweissgehalt ist dagegen sehr hoch, was die Bresaola zu einem sehr wertvollen und kalorienarmen Lebensmittel macht. Bresaola ist reich an Mineralstoffen (Eisen, Zink), Vitaminen (B1, B6, B12) und Omega-3-Fettsäuren.

Bresaola ist kräftig rot gefärbt mit einem kaum wahrnehmbaren dunklen äusseren Rand. Sie hat einen intensiv würziger Geschmack sowie einen feinen, leicht aromatischen Duft, sie schmeckt aber im Vergleich zum Bündnerfleisch milder und zarter.

Bresaola wird meistens als Antipasti serviert. Dazu wird das Fleisch hauchdünn aufgeschnitten und zimmerwarm oder nur leicht gekühlt serviert. Bresaola wird auch gerne mit Olivenöl, Balsamicoessig oder Zitronensaft beträufelt und mit Rucola, geschrotetem schwarzem Pfeffer und frisch gehobeltem Parmesan als Carpaccio serviert.