



# INNERE

# WERTE

Geröstete Lammleber, gebackene Stierhoden, Kalbskopfterrine: Die Tirolerin Christina Steindl setzt in ihrer Küche ganz auf die „inneren Werte“ und haucht dabei so manchem Klassiker von gestern neues Leben ein.

Text Carina Jürgens Fotos Ingo Hilger

**W**ann fing dieser Irrsinn eigentlich an: Filet ist das beste Stück Fleisch vom Tier?“, fragt Christina Steindl. Das ist weder nachhaltig noch wirtschaftlich sinnvoll, findet die Küchenchefin des Verwöhnhotels Kristall im österreichischen Pertisau am Achensee. Sie setzt in ihrer Küche vor allem auf die inneren Werte – die Zubereitung von Innereien zählt zu ihren Spezialitäten. Das ist heutzutage selten geworden, erzählt die 29-jährige Köchin. Ihr Wissen hat sich die gebürtige Kitzbühelerin daher größtenteils selbst angeeignet oder hier und da bei der älteren Generation abgeschaut.

Innereien wie Herz, Lunge, Kutteln oder Magen finden auf dem Teller heute nur noch geringe Akzeptanz, bedauert Steindl. Ein Großteil der Innereien landet in Wurst oder Tierfutter. Dabei sind Innereien dank ihres hohen Vitamin- und Mineralstoffgehalts und geringen Fettanteils bestens für eine gesunde Küche geeignet, argumentiert die Küchenchefin des Kristall. Allerdings sollten sie aufgrund ihrer leichten Verderblichkeit nur von zuverlässigen Partnern bezogen und frisch verarbeitet werden.

## Frisch von der Schlachtbank

Frische Ware lässt sich an einer leicht feuchten, glänzenden oder schimmernden Oberfläche der Organe erkennen. Unangenehmer Geruch und Farbveränderung weisen hingegen auf verdorbene Ware oder gar kranke Tiere hin. „Es braucht schon gute Grundkenntnisse von Innereien und ihrer Beschaffenheit“, betont Christina Steindl. Wer sich aber an die Delikatesse herantraue, könne seinen Gästen extravagante und außergewöhnliche Gerichte kredenzen.

Steindl bezeichnet sich selbst als Handwerkerin und macht von den Ravioli bis zum Beuschel am liebsten alles selbst. Kein Wunder, dass sie auch beim Schlachten gerne Hand anlegt. Ihr Interes-

## CHRISTINA STEINDL

Jahrgang 1990

### Seit Mai 2019

Küchenchefin im Restaurant des Verwöhnhotels Kristall in Pertisau am Achensee

### 2019

Küchenchefin im Wellnesshotel Peternhof, Tirol

### 2016

Platz 3 beim Wettbewerb „Junge Wilde“ und „Bester Hauptgang“ bei Koch des Jahres #serviceedition

### 2015-2019

Chef de Partie, Sous Chef bei Rohrmoser kocht GmbH, Bischofshofen

### 2013-2014

Chef Entremetier im Harisch Hotels Weisses Rössl, Kitzbühel

### 2013

Geschäftsführerin des Restaurants Neuwirt, Kartitsch

### 2012-2013

Entremetier, stellvertretende Rezeptionsleitung im Activ Sunny Hotel Sonne, Kirchberg in Tirol

### 2005-2012

Ausbildung in der Lehranstalt für Tourismus und Hotellerie in St. Johann in Tirol

Geröstete Leber  
—  
Röstzwiebeln  
—  
Sauerkirschen  
—  
Kartoffeln



„Es braucht schon **gute Grundkenntnisse**  
von Innereien und ihrer Beschaffenheit.“

Christina Steindl



se daran hat sie vom Vater, der Metzger von Beruf war. Beim benachbarten Schlachthof durfte sie schon früh beim Zerlegen helfen. Daraus ergaben sich Bekanntschaften zu anderen Metzgern aus der Gegend, unter anderem zur Biometzgerei Juffinger, wo Schlachtung, Zerlegung, Verarbeitung und Veredelung unter einem Dach stattfinden. Die Tiere werden vom Biobauern aus der Region geliefert.

Für den Vertrieb an Gastronomen ist bei Juffinger der Fleischsommelier Gregor Eisenbeutel zuständig. Dem Meister seines Fachs schaut Christina beim Schlachten so oft sie kann über die Schulter. „Wenn man mit eigenen Augen sieht, wie schnell das Leben vorbei sein kann, bekommt man ein ganz anderes Gefühl für den Wert des Lebens. Mich erdet das ungemein“, sagt die Köchin. Selbstschlachten hat für sie auch etwas mit Demut und Ehrfurcht vor dem Leben und dem Tier zu tun.

Einen ähnlichen Ansatz verfolgt das Projekt „Milchkuh 2.0“, für das sich die Köchin engagiert. Milchkuhe werden langsam aufgezogen, was sich positiv auf die Struktur des Fleisches auswirkt. Ältere Kühe, die ihr Leben lang Milch gegeben haben, dürfen es sich noch einmal richtig gutgehen lassen – sie werden im „Ruhestand“ aufgemästet. Dabei setzen sie intramuskuläres Fett an, erläutert Steindl. Nach der Schlachtung reift das Fleisch drei Wochen nach. „Ein tiefer Umami-Geschmack und die hervorragende Struktur des Fleisches der Milchkuh 2.0 sind vergleichbar mit Wagyu Beef“, versichert die Köchin.

### Hemmschwellen überwinden

„Einige Gäste sind erst mal skeptisch bei Gerichten mit Innereien wie Herz, Lunge oder Hirn. Sie kennen den Geschmack und die Konsistenz nicht, entsprechend wissen sie diese Lebensmittel oft nicht zu schätzen“, erzählt Christina von ihren Erfahrungen. Sie möchte die Hemmschwelle für die ungewohnten Gerichte senken. Nach anfänglichem Zögern wagen ihre Gäste sich dann meistens doch an die geröstete Leber oder die Kalbskopfterrine heran – und sind begeistert. „Es ist schon irgendwie lässig, wenn du einem Gast etwas bieten kannst, das er woanders nicht bekommt“, sagt die Köchin nicht ohne Stolz.

„Es wäre auch viel zu schade, so etwas Gutes wie Leber oder Brjes nicht in der Küche zu verwenden“, betont Christina. „Bei mir erleben die Gäste einerseits Gerichte mit Innereien, wie sie sie von früher, vielleicht von den Großeltern, kennen.“



Rezept Nordische Kalbsvariation  
von Christina Steindl  
[www.magazin-kueche.de/  
magazin/kochkunst](http://www.magazin-kueche.de/magazin/kochkunst)

„Einige Gäste sind erst mal **skeptisch**  
bei Gerichten mit Innereien wie Herz,  
Lunge oder Hirn. “

Christina Steindl

Kalbsbeuschel  
—  
Semmelknödel  
—  
Junges Gemüse





Manchmal interpretiere ich diese Gerichte auch mit modernen Komponenten auf meine eigene Art.“

### Klassiker und Skurriles

Eine solche Abwandlung vom Klassiker ist die Lammleber neben Lammfilet, -grammeln und Lammkonfit und dazu Rote Beete, Mais, Joghurt und Kaffee. Dieser Hauptgang wurde beim Vorfinale zum Koch des Jahres 2016 als bestes Hauptgericht prämiert. Für die traditionelle geröstete Leber spült Christina das Organ erst mal eine Stunde lang mit kaltem Wasser, um die Giftstoffe zu entfernen. Anschließend zieht sie die Haut ab, was nach dem Spülen deutlich leichter gehen soll, und löst die Membran. „Das ist wichtig, damit die Leber später nicht zäh wird“, betont die Köchin. Nun schneidet sie die Leber in dünne Scheiben und entfernt mögliche Äderchen. Die Leberscheiben werden nach der Vorbereitung in der Pfanne heiß angeröstet, bevor Christina die Pfanne mit Jus auffüllt und alles mit Majoran, Salz und Pfeffer abschmeckt. „Dazu gibt es Schmelzwiebeln, Kartoffelpüree und Sauerkirschen, fertig. Ein feiner Baby-Leaf-Salat und frische Rösti passen aber auch gut“, sagt Christina. Eines der ungewöhnlichsten Gerichte auf Christinas Karte sind gebackene Stierhoden, die sie in Milch auskocht, in Scheiben schneidet und dann mit Mehl, Ei und Bröseln paniert ausbackt. „Durch diese Zubereitung wird das Fleisch ganz zart und erinnert geschmacklich an Bries oder Kräuterseitlinge“, weiß die Küchenchefin.

Noch aufwendiger und mutiger ist die Kalbskopfterrine à la Christina. Bis zu einer Woche Vorbereitungszeit braucht es, bis die Terrine servierfertig ist. „Ich bekomme die Kalbsmaske vom Metzger auf Anfrage. Normalerweise wird daraus nur noch Hundefutter gemacht, aber ich bereite ein geniales Gericht damit zu“, schwärmt die Köchin. Zuerst räsiert sie die Kalbsmaske, bevor sie sie 24 Stunden lang pökelt. „Anschließend koche ich sie mit allem Drum und Dran, bis sie ganz weich ist. Vor allem die Zunge und die Bäckchen geben ein tolles Fleisch ab“, betont Christina. Danach schneidet sie das Fleisch in feine Würfel. Das mache die weitere Verarbeitung leichter. Die Masse muss nun gepresst werden, wobei Christina die gallertartige Flüssigkeit aufbewahrt. Das Fleisch und die gelatinehaltige Flüssigkeit gibt sie dann zum Auskühlen zusammen in eine Form. Diesen Prozess wiederholt sie zwei- bis dreimal, bis alles schön fein ist. Vor dem Servieren schneidet sie die farceartige Masse in Scheiben, richtet diese entweder direkt auf dem Teller an oder backt sie vorher noch mal in Fett aus.

Die Neugier, mit der Christina an die Arbeit mit Innereien herangeht, ist ansteckend und inspirierend. Vielleicht finden sich schon bald mehr solcher Gerichte auf den Speisekarten landauf, landab – zugunsten von mehr Nachhaltigkeit und Vielfalt in der Welt der Kulinarik.