

Pflanzlich, regional, lecker: Vegane Wurst vom Metzger!

Immer mehr Menschen greifen zu pflanzlichen Alternativen, und auch Metzgereien entdecken das Potenzial veganer und vegetarischer Bioeweißprodukte. Wie sich regionale Bio-Rohstoffe wie die Ackerbohne in leckere Würstchen und Cevapcici verwandeln lassen, zeigte der erfahrene Metzgermeister Hermann Jakob in einem praxisnahen Seminar. Mit Tipps zur Herstellung, Maschinen und den kleinen Tricks für den richtigen Geschmack eröffnet er neue Wege für Fleischer – ganz ohne Zusatzstoffe, dafür mit viel Umami!

Fleischersatzprodukte auf pflanzlicher Basis sind aus Supermärkten längst nicht mehr wegzudenken. Ob kleine Start-ups oder etablierte Marken – die Vielfalt an veganen und vegetarischen Alternativen wächst kontinuierlich. Am 3. Oktober 2024 traf sich eine kleine Gruppe Interessierter, um die Herstellung dieser Produkte genauer zu erkunden. Der ursprünglich geplante Veranstaltungsort, die Metzgerei Linnewedel, konnte aufgrund eines Krankheitsfalls nicht genutzt werden, weshalb das Treffen in der gemütlichen Büroküche des Bioland Landesverbands Niedersachsen in Visselhövede stattfand.

Der erfahrene Metzgermeister und Berufsschullehrer Hermann Jakob, der seit über 50 Jahren in der Fleischbranche tätig ist, leitete das Seminar. Als Leiter der Meisterschule für Fleischer in Kulmbach hat Jakob sich in den letzten Jahren auch intensiv mit der Herstellung pflanzlicher Alternativen beschäftigt. Bereits 2012 produzierte er seine erste vegane Leberwurst und hat sich seitdem neben dem normalen Metzgergeschäft auf die Entwicklung von Fleischersatzprodukten ohne Zusatzstoffe spezialisiert. Sein umfassendes Wissen über die traditionelle Wurstherstellung sowie seine langjährige Erfahrung machen ihn besonders qualifiziert, den Teilnehmer:innen zu zeigen, wie sich solche Produkte auch in der eigenen Metzgerei herstellen und vermarkten lassen.



Hermann Jakob und ein Teilnehmer beim Füllen der Würstchen.

Gefördert durch



Bundesministerium
für Ernährung
und Landwirtschaft

Projekträger



Bundesanstalt für
Landwirtschaft und Ernährung

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

im Rahmen der BMEL Eiweißpflanzenstrategie

legu.net.de



Die Teilnehmenden, allesamt Metzgerinnen und Metzger, sehen die wachsende Nachfrage nach veganen und vegetarischen Produkten als Chance und Herausforderung. Einige Betriebe haben bereits erste vegane Produkte im Sortiment. „Man muss mit der Zeit gehen“, so der Tenor der Veranstaltung. Und die Zahlen sprechen für sich: Rund 42 Millionen Menschen in Deutschland verzichten laut einer Forsa-Umfrage an mindestens drei Tagen in der Woche auf Fleisch. Zudem ernähren sich inzwischen rund zwölf Prozent der Erwachsenen hierzulande vollständig vegetarisch oder veganⁱ – Tendenz steigend. 2013 lag dieser Anteil noch bei gerade einmal 3,7 Prozentⁱⁱ.

Ein zentrales Thema des Seminars war die Auswahl geeigneter pflanzlicher Eiweißquellen. Während Soja und Lupinen aufgrund ihres Allergiepoteziels oder starken Eigengeschmacks (Lupine) nicht favorisiert werden, setzt Jakob auf die Ackerbohne. „Das Konzentrat, was ich verwende, hat einen Proteingehalt von 60 Prozent und enthält zudem viele Ballaststoffe“, so Jakob. Auch Erbsenproteinkonzentrat kam zum Einsatz, dieses sollte allerdings auf Grund der anderen Eigenschaften bei 75 bis 80% Protein liegen. Zudem können auch Extrudate aus Ackerbohnen und Erbsen eingesetzt werden. Diese sorgen beispielsweise bei Burgern oder Bouletten für die Hack-ähnliche Struktur. Jakobs Erfahrung zeigt, dass die verschiedenen Eiweißquellen nicht eins zu eins austauschbar sind und jede Zutat individuell getestet werden muss. Sein persönlicher Favorit: Die Ackerbohne. Weniger erfolgreich war die Herstellung glutenbasierter Würstchen, die aufgrund der zähen Konsistenz ein Gerät mit hoher Rührleistung erfordern. Alle eingesetzten Produkte sind in Bio-Qualität vorhanden.



Die verschiedenen Zutaten: Links Ackerbohnenmehl, rechts Ackerbohnen-Erbsen-Extrudat. Ebenso im Bild sind Gewürze und Pflanzenöl.

Besondere Herausforderungen bei der Herstellung

Die Herstellung veganer und vegetarischer Fleischersatzprodukte bringt einige Herausforderungen mit sich, besonders im Hinblick auf die Textur und Konsistenz. Während tierisches Eiweiß ab einer Temperatur von 60 °C gerinnt, reagieren pflanzliche Alternativen anders. So neigen einige pflanzliche Bindemittel wie Guarkernmehl oder Flohsamenschalen dazu, bei zu hohen Temperaturen zu „matschig“ zu werden. Besonders die Herstellung von veganen, schnittfesten Produkten bei Hitze stellt deshalb eine Herausforderung dar. Für vegetarische Produkte auf Basis von Hühnereiweiß ist dies einfacher, da sie ein ähnliches Gerinnungsverhalten wie Fleisch aufweisen. Laut Jakob sind alle in einer Metzgerei vorhandenen Geräte auch für die Produktion pflanzlicher Alternativen geeignet. Einen Investitionsbedarf gibt es dementsprechend nicht.

Gesundheitliche Aspekte und Geschmack

„Vegane Wurstwaren enthalten mehr Protein, weniger Fett, mehr Ballaststoffe und etwas mehr Zucker und Stärke als die fleischigen Pendant“, so Hermann Jakobs und fügt hinzu: „Werden die veganen Produkte wie bei mir, ohne den Einsatz von Zusatzstoffen hergestellt, sind es die gesünderen Alternativen“. Um den beliebten Umami-Geschmack zu erreichen, greift Jakob zu natürlichen Zutaten wie Pilzen, Röstzwiebeln oder Schabziger Klee. Für die Farbgebung bevorzugt er Paprika- oder Tomatenpulver, da andere Farbstoffe wie Rote Beete oder Aronia beim Erhitzen oft verblässen.

Zum Mittagessen wurden alle vor Ort hergestellten Produkte verkostet. Besonders die Cevapcici aus Erbsen- und Ackerbohnenextrudaten überzeugten durch ihre Textur, die an Hackfleisch erinnerte. Ein weiterer Vorteil: Mit Materialkosten von etwa 2-2,5 Euro pro Kilogramm sind die veganen Cevapcici deutlich günstiger als ihre fleischbasierten Vorbilder.

Fazit

Das Seminar zeigte, dass die Herstellung veganer und vegetarischer Bioeiprodukte nicht nur technisch machbar ist, sondern auch wirtschaftlich attraktiv sein kann. Regionale Rohstoffe wie die Ackerbohne bieten eine vielversprechende Grundlage für gesunde und nachhaltige Alternativen zu Fleischprodukten. Gleichzeitig erfordert die Entwicklung dieser Produkte jedoch Know-how und Experimentierfreude. Dank der fundierten Anleitung durch Experten wie Hermann Jakob können Metzgermeister und Betriebe den wachsenden Markt für Fleischersatzprodukte erfolgreich bedienen und so ihren Beitrag zu einer nachhaltigeren Ernährung leisten.



Durch den Verzicht auf Zusatzstoffe und den Einsatz von Bio-Zutaten können die Würstchen nach Bioland-Richtlinien hergestellt werden.

Text und Fotos: Magdalena Rangs, Regionalmanagerin im LeguNet, Bioland e.V.

Datum: 10.10.2024

ⁱ [forsa-Umfrage Pflanzenbetonte Ernährung.pdf \(bvlh.net\)](#)

ⁱⁱ [Anette Cordts, Prof \(uni-hohenheim.de\)](#)