

Feinkostsalate und Antipasti

Verkäufer/-innen, die ihre Waren genau kennen, können Kunden individueller beraten und ein besseres Verkaufsergebnis erzielen. Das gilt für Fleisch und Wurst ebenso wie für Zusatzprodukte und Zutaten. *Die Fleischerei* informiert in jeder Ausgabe über Lebensmittel, die im Fleischer-Fachgeschäft verkauft oder verarbeitet werden.

Fleisch-, Wurst-, Eiersalat gehören zu den Klassikern unter den Feinkostsalaten. Trotz rechtlicher Vorgaben über die Zusammensetzung können Fleischereien sich mit hochwertiger Zutatenauswahl und individuellen Rezepten von Anbietern verpackter Waren abheben.

Feines aus der Manufaktur

Fleischsalat besteht zu mindestens 25 Prozent aus Fleisch, Brühwurst oder Fleischsalatgrundlage und zu maximal weiteren 25 Prozent aus Gurken. Mehr Gemüse ist nicht erlaubt. Würzende Zutaten, Mayonnaise oder Salatmayonnaise ergeben den Rest. Diese Vorgaben lassen Herstellern viel Spielraum. Es beginnt mit dem Fleisch oder der Brühwurst. Je besser deren Qualität, umso hochwertiger wird der Salat. Nach oben darf die Menge variiert werden. Verbraucher werden den Unterschied schmecken. Ab 33,33 Prozent Fleisch darf der Salat mit dem Hinweis „Delikatess“ oder „fein“ beworben werden.

Die Gurken dürfen zwar weniger als ein Viertel ausmachen, geben einem Salat jedoch Frische, Säure, Aroma und Biss. Hier lohnt es sich ebenfalls, die Qualität zu beachten.



Fleischsalat ist der Renner unter den Feinkostsalaten.

Barbara Krieger-Mettbach

Mayonnaise oder Vinaigrette

Die verbindende Komponente im Fleischsalat ist die Mayonnaise. Klassische Sorten enthalten 80 Prozent Fett und knapp 750 Kalorien je 100 g, Salatmayonnaise gut 50 Prozent Fett bei rund 500 Kalorien. Hersteller haben die Wahl. Wurstsalate werden mit Essig-Öl-Dressing zubereitet. 50 Prozent Wurst enthalten sie mindestens, dazu Zwiebeln, Gurken, würzende Zutaten. Weil die Qualität der Wurst den Geschmack prägt, können Fleischereien mit der richtigen Wahl punkten. Es-

sig-Öl-Marinaden sind leichter als Mayonnaise und transparent. Sie geben Salaten Glanz und Geschmack.

Antipasti in Sonnenblumenöl

Mit Urlaub und Leichtigkeit assoziieren Verbraucher eingelegte Oliven, gefüllte Tomaten und Weinblätter, gegrillte und marinierte Auberginen, Paprika, Zucchini. Entgegen der allgemeinen Annahme werden Antipasti für die Theke normalerweise nicht in Olivenöl, sondern in Sonnenblumenöl eingelegt. Grund ist der hohe Gehalt an Ölsäure im Olivenöl. Ihr Schmelzpunkt beträgt rund 13 Grad Celsius. Unterhalb der Temperatur flockt es aus, was Optik und Sensorik der Antipasti beeinträchtigen würde. Sonnenblumenöl bleibt auch in der Kühltheke flüssig.

Unverträglichkeiten auf Sorbit

Fertigsoßen, eingelegte Gemüse, Heringe oder Aspik können Sorbit enthalten. Ein Süßungsmittel mit der E-Nummer 420, das bei höherem Verzehr abführend wirkt. Normalerweise werden die auslösenden Mengen mit Feinkostsalaten nicht erreicht. Menschen mit Sorbit- und Fruchtzuckerunverträglichkeit sollten dennoch auf Feinkost mit Sorbit verzichten. Der Zuckeralkohol blockiert den Transport von Fruchtzucker aus dem Darm ins Blut. Die Folgen können Bauchschmerzen und Durchfall sein.

Barbara Krieger-Mettbach

Verkaufsargumente für Feinkostsalate

- Fleisch und Wurst aus eigener Produktion.
- Eigene Rezeptur mit hochwertigen Zutaten.
- Unverwechselbarer Geschmack.

Nährstoffe in Feinkostsalaten

100 Gramm	Brennwert	Eiweiß	Fett	Kohlenhydrate
Fleischsalat mit Salatmayonnaise	466 Kcal	6,9 g	49,2 g	0,6 g
Wurtsalat	203 Kcal	7,0 g	18,7 g	1,6 g
Rindfleischsalat mit Essigmarinade	151 Kcal	18,5 g	7,9 g	0,9 g
Eiersalat mit Käse, Wurst, Sauerrahm	208 Kcal	13,1 g	16,7 g	1,6 g

Bundeslebensmittelschlüssel 3.02