

# VOM Rind

Alles Wissenswerte über die Produktion und Verarbeitung von Schweizer Rindfleisch.

Mit  
**feinen  
Rezepten**



## **Haltung**

Familienbetriebe statt  
Massentierhaltung Seite 2

## **Ernährung**

Rindfleisch liefert wertvolle  
Nährstoffe Seite 6

# DIE SCHWEIZER RINDERHALTUNG

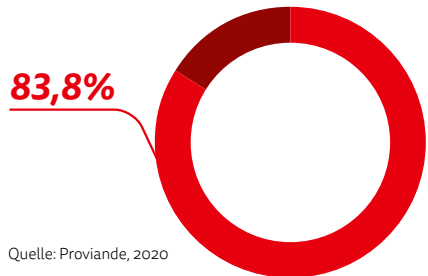
## Viehhaltung hat eine grosse Bedeutung

Die Viehhaltung hat in der Schweiz eine lange Tradition. Denn die Schweiz ist aufgrund der topografischen und klimatischen Verhältnisse ein ausgesprochenes Grasland – zwei Drittel der landwirtschaftlich nutzbaren Fläche eignen sich nicht für den Ackerbau – und Gras, Heu sowie Silage sind die zentrale Futtergrundlage für die Tiere. Die Viehhaltung versorgt die Bevölkerung nicht nur mit wertvollen Nahrungsmitteln, sie sorgt auch dafür, dass das Grünland in abgelegenen Regionen und auf den Alpen bewirtschaftet wird.

Von besonderer wirtschaftlicher Bedeutung ist die Rinderhaltung. Über die Hälfte des landwirtschaftlichen Produktionswertes stammt aus der Tierhaltung, davon etwa 70% von den Rindern (Milch, Fleisch und Vieh-

export). Insgesamt leben in der Schweiz über 1,5 Millionen Rinder. Dazu gehören Milchkühe, Mutterkühe, Aufzucht- und Masttiere sowie Kälber. Was die Schweizer Rinderhaltung besonders auszeichnet, sind das hohe Tierschutzniveau, die Herstellung von Nahrungsmitteln höchster Qualität und die hohe Produktsicherheit.

Anteil Inlandproduktion 2019



Quelle: Proviande, 2020

---

## Familienbetriebe als Basis

Die Rinder werden in der Schweiz noch immer überwiegend auf Familienbetrieben gehalten, was im Vergleich zum Ausland einen Spezialfall darstellt. Aufgrund des zunehmenden wirtschaftlichen Druckes werden die Betriebe jedoch auch in der Schweiz tendenziell grösser. In der Schweiz werden jedoch Höchstbestände je Betrieb für die Nutztierhaltung festgelegt.

Damit sollen bodenabhängige Familienbetriebe geschützt werden. Bei einer Überschreitung der festgelegten Höchstbestände wird je zu viel gehaltenes Tier eine Abgabe erhoben. Bis jetzt halten aber nur etwa 7% der Betriebe mehr als 50 Rinder. Gesamthaft gibt es rund 34 000 (2019) Rindviehhalter, etwas weniger als die Hälfte der Betriebe liegen im Berggebiet.

## Verschiedene Rassen

Die Anzahl der in der Schweiz gehaltenen Rinder und damit die produzierte Rindfleischmenge hängen stark vom Verlauf auf dem Milchmarkt ab. Bei guten Milchpreisen nimmt der Rindviehbestand zu. Oftmals steigen Landwirte jedoch aus der Milchproduktion aus und wechseln auf die Haltung von Mutterkühen. Die Anzahl Mutterkühe steigt denn auch seit Jahren kontinuierlich an. Ihre Bestände haben sich innerhalb von 20 Jahren verdreifacht.

Je nach Nutzungsrichtung und Zuchtziel wird zwischen Milchrassen (zur Milchproduktion), Fleischrinderrassen (zur Fleischproduktion) und kombinierten Rassen, sogenannten Zweinutzungsrasen, unterschieden. Früher gab es in der Schweiz vier anerkannte Rinderrassen, welche mit unterschiedlicher Gewichtung kombiniert für die Milch- und Fleischnutzung gezüchtet wurden. Erst in jüngerer Zeit kamen die Fleischrinderrassen hinzu.

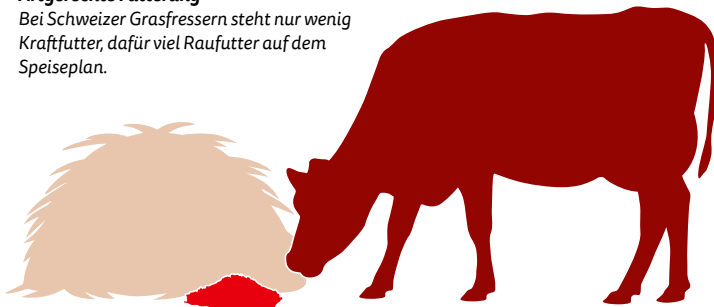
## Vielfältige Produktion

Bei der klassischen Rindermast werden die Tiere mit Gras, Heu, Maissilage und zum Teil mit Kraftfutter gefüttert. Rinder und Ochsen werden 14–20 Monate gemästet, Muni 12–17 Monate. Viele Betriebe haben Laufställe, in denen sich die Tiere frei bewegen können. Eine extensive Form der Rindermast ist die

Weidemast, die aber nur mit Rindern und Ochsen sinnvoll ist. Bei der Mutterkuhhaltung säugen die Kühe ihre Kälber und ziehen sie selber auf. Sie werden nicht gemolken. Beim Absetzen (Ende der Säugezeit) wiegen die Kälber 240–300 Kilogramm und werden weiter aufgezogen, gemästet oder geschlachtet.

### **Artgerechte Fütterung**

*Bei Schweizer Grasfressern steht nur wenig Kraftfutter, dafür viel Raufutter auf dem Speiseplan.*



## Hohes Tierschutzniveau

Die Gesetze, welche in der Schweiz die Tierhaltung regeln, gehören weltweit zu den strengsten. So bestehen zum Beispiel schon für die Ställe strenge Vorgaben und die Tierhalter müssen eine landwirtschaftliche Ausbildung absolviert haben. Zudem produziert ein grosser Teil der Schweizer Rindviehalter freiwillig nach den Richtlinien des Programms «Besonders tierfreundliche Stallungssysteme» (BTS, 55,7%) und/oder

des Programms «Regelmässiger AUSlauf im Freien» (RAUS, 85,7%).

Die strengen Vorschriften, die unabhängigen Kontrollen, die freiwilligen Zusatzprogramme und das hohe Ausbildungsniveau führen dazu, dass die Landwirtschaft in der Schweiz beim Tierwohl weltweit eine führende Rolle einnimmt.


## Sicheres Schweizer Rindfleisch

Verschiedene Massnahmen gewährleisten, dass das Schweizer Rindfleisch höchsten Ansprüchen an die Fleischqualität und die Nahrungsmittelsicherheit genügt. So gelten in der Schweiz beispielsweise strenge Vorschriften beim Einsatz von Medikamenten. Arzneimittel dürfen den Tieren nur nach tierärztlicher Diagnose und Verschreibung gegeben werden.

Mit staatlichen Überwachungsprogrammen wird sichergestellt, dass keine unerwünschten Rückstände im Rindfleisch verbleiben. Der Einsatz von Hormonen und antimikro-

biellen Leistungsförderern ist in der Schweiz verboten und die Futtermittel sind frei von gentechnisch veränderten Organismen (GVO).

Bei der Rindfleischproduktion gewährleistet ein modernes System die Rückverfolgbarkeit des Fleisches. Jedes Tier wird bei der Geburt markiert und alle Handänderungen werden in der Tierverkehrsdatenbank registriert. So kann jederzeit überprüft werden, welches Tier zu welcher Zeit auf welchem Hof lebte.

 **Weitere Informationen zur Rinderhaltung:**  
[swissbeef.ch](http://swissbeef.ch)

## Labels und Marken

Beim Rindfleisch gibt es verschiedene Label- und Markenprogramme. Deren Auflagen an Tierhaltung, Fütterung und Fleischqualität gehen über die gesetzlichen Vorschriften hinaus. Für zusätzliche Sicherheit sorgt SUISSE GARANTIE, die Schweizer Garantiemarke mit kontrolliertem Warenfluss. Mit SUISSE

GARANTIE gekennzeichnetes Rindfleisch genügt den höchsten Anforderungen an Produktion, Verarbeitung und Rückverfolgbarkeit. Rindfleisch gibt es auch in Bioqualität.

 **Weitere Informationen zu den Labels:**  
[labelinfo.ch](http://labelinfo.ch) und [suissegarantie.ch](http://suissegarantie.ch)



# RINDFLEISCH UND ERNÄHRUNG

## Vermarktung

In der Schweiz werden die Rinder vorwiegend in grossen Schlachthöfen geschlachtet. Der grösste Teil des Fleisches gelangt über die Grossverteiler und die Gastronomie zu den Konsumenten, es wird aber auch von ge-

werblichen Metzgereien oder direkt ab Hof verkauft. Hier schätzen die Konsumenten den persönlichen Kontakt zu den Bauernhöfen, auf denen das Rindfleisch produziert wurde.

## Pro-Kopf-Konsum bleibt stabil

Hierzulande werden pro Kopf und Jahr rund 50 kg Fleisch konsumiert. Der Rindfleischanteil beträgt 11,32 kg und 81,1% davon stammen aus dem Inland. Dank der Deklarationspflicht

kann beim eingekauften Rindfleisch immer festgestellt werden, ob es sich um inländisches Rindfleisch handelt.

Pro-Kopf-Konsum  
von Rindfleisch 2019

11,32 kg



Anteil Rindfleisch am gesamten  
Fleischkonsum 2019

22,23%





## Nährwertangaben

Rindfleisch ist eher fettarm, enthält aber viel hochwertiges Eiweiss, Eisen und Zink sowie Vitamine der B-Gruppe und weitere wichtige

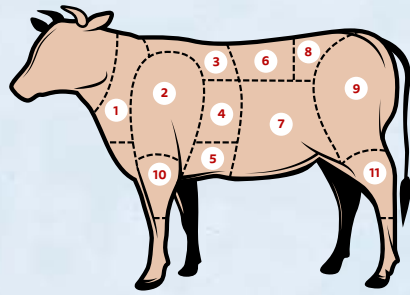
Mineralstoffe. Das Eisen im Fleisch wird vom menschlichen Körper besonders gut aufgenommen.

100 g essbarer Anteil	Entrecôte	Geschnetzeltes	Voressen
<b>Energie: Kalorien (kcal) / Joule (kJ)</b>	133/560	102/431	97/410
<b>Eiweiss (g)</b>	23,2	22,2	21,2
<b>Eisen (mg)</b>	1,3	1,4	1,2
<b>Gesamtfett (g)</b>	4,5	1,5	1,3
<b>Verhältnis der Fettsäureanteile in Prozenten: SFA:MUFA:PUFA*</b>	45,7:44,8:9,5	40,8:40,3:19,0	40,5:40,0:19,6

\* SFA = gesättigte Fettsäuren  
MUFA = einfach ungesättigte Fettsäuren  
PUFA = mehrfach ungesättigte Fettsäuren

Quelle: Nährwerttabelle für Fleisch und Fleischwaren, Proviande





## Fleischstücke vom Rind

Rindfleisch stammt von ein bis zwei Jahre alten weiblichen oder männlichen Tieren. Das Fleisch ist schön marmoriert – ein typisches Qualitätsmerkmal. Je nach Alter und Rasse

sind die Muskelfasern unterschiedlich in der Struktur. Rindfleisch hat eine hellrote bis kräftig rote Farbe.

### Fleischstücke

### Verwendungszwecke, Gerichte

#### Hals, abgedeckter Rücken, Hohrücken



1

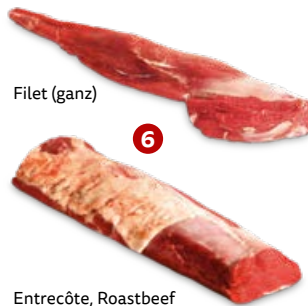
Hals (ganz)

3

Hohrücken

Der Hals eignet sich für mageres, saftiges Siedfleisch und Ragout. Der Rücken wird unterteilt in den sogenannten abgedeckten Rücken und den Hohrücken. Der abgedeckte Rücken eignet sich für mageres Siedfleisch und Voressen. Nach entsprechender Lagerzeit entstehen aus dem Hohrücken saftige, zarte Steaks oder ein zarter Braten.

#### Nierstück (ohne Huft): Filet, Entrecôte, Roastbeef



Filet (ganz)

6

Entrecôte, Roastbeef

Das ganze Roastbeef (Rezept auf Seite 10) eignet sich zum Braten oder Niedergaren. Wird es in Tranchen geschnitten, erhalten wir Entrecôtes oder, bei dickeren Tranchen, Entrecôtes doubles. Entrecôte mit Knochen gibt die klassische «Côte de bœuf». Entrecôte und Filet, mit Knochen geschnitten, ergeben die berühmten Porterhouse- und T-Bone-Steaks. Das Filet ist das zarteste Fleischstück. In Tranchen geschnitten, wird es zu Filetsteaks oder Tournedos. Am Stück gebraten, findet das Mittelstück klassische Verwendung für das Chateaubriand. Die Filetspitze eignet sich für ein Bœuf Stroganoff oder etwas exklusiver für ein Tatar.

#### Huft, Huftdeckel



Huft (ganz)

8

Huftdeckel

Aus der Rindshuft werden die zarten Rumpsteaks und das Fleisch für die verschiedenen Fondues geschnitten. Der Huftdeckel ergibt einen zarten Braten oder den originalen Tafelspitz.



**Brustkern, Federstück, Brust**

Brustkern



Federstück

4

Das Federstück liegt zwischen Rücken und Brust und wird für Siedfleisch gebraucht. Die Brust eignet sich ebenfalls für Siedfleisch.

**Schulter**

2

Schulterfilet

Sie ist ein vielseitiges Teilstück. Dicke Schulter, Schulterfilet und Schulterspitz sind klassische Bratenstücke, wobei der Schulterspitz sehr oft für Siedfleisch verwendet wird. Bug und Schulterdeckel eignen sich für viele Eintopf- und Saucengerichte wie Voressen, Gulasch und Geschnetzeltes.

**Stotzen: Nuss, runder Mocken, Eckstück, Unterspälte**

Runde Nuss



Runder Mocken

9



Eckstück



Unterspälte

Gut gelagert, eignen sich Nuss und Eckstück für Plätzli à la minute und Geschnetzeltes. Unterspälte und runder Mocken ergeben Schmorplätzli und Braten.

**Lempen 7**

Der Lempen wird unterteilt in den dicken und den dünnen Lempen. Beide Teile werden als Siedfleisch verwendet.

**Schenkel oder Haxe 10 / 11**

In Tranchen geschnitten, ergeben sie die saftigen Rindshaxen (Rezept auf Seite 12). Das echte ungarische Gulasch wird ebenfalls aus dem Schenkel geschnitten.

**Special Cuts**

Auch weniger bekannte Stücke wie das Flank Steak werden immer beliebter. Diese «Special Cuts» stehen den bekannteren Stücken geschmacklich in nichts nach (Rezept auf Seite 14). Infos auf [schweizerfleisch.ch](http://schweizerfleisch.ch)

# ROASTBEEF IM SALZMANTEL

## mit Honig-Senf-Sauce

..... für 6 Personen .....

### Zutaten

800 g	Roastbeef vom Schweizer Rind, ohne Fettschicht
2 EL	HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl* schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2 kg	grobkörniges Meersalz
40 ml	Wasser
1	Eiweiss
1 Bund	Zitronenthymian
1	Zwiebel
60 g	Butter
2 dl	trockenen Weisswein
3 EL	Senf
1 EL	flüssigen Honig

\*Diese hitzestabilen Öle sind ideal zum Hoherhitzen.

### Zubereitung

- 1 | Roastbeef 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.
- 2 | Öl in einer schweren Pfanne auf hoher Stufe erhitzen. Roastbeef darin von allen Seiten 4–5 Minuten anbraten. Aus der Pfanne nehmen und kräftig mit Pfeffer würzen.
- 3 | Meersalz mit Wasser und verklopftem Eiweiss gründlich vermengen. 1/3 davon als Boden in die Mitte eines Backblechs geben. Roastbeef darauflegen, Zitronenthymian auf dem Fleisch verteilen. Alles mit der restlichen Salz Mischung gleichmässig umschliessen und etwas andrücken.
- 4 | Im vorgeheizten Backofen auf der untersten Schiene bei 180 °C (Umluft 160 °C) 35 Minuten backen.
- 5 | In der Zwischenzeit Zwiebel schälen und fein würfeln. Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen, Zwiebelwürfel darin glasig dünsten und mit Weisswein ablöschen. Kurz aufkochen, Senf und Honig einrühren und mit Pfeffer würzen. Warm halten.
- 6 | Das Backblech herausnehmen und 10 Minuten ruhen lassen. Salzkruste aufbrechen, Roastbeef herausnehmen, in Tranchen schneiden und mit der Honig-Senf-Sauce auf vorgewärmten Tellern servieren.

Dazu passen Bratkartoffeln und Salat.



### Zubereiten

ca. 50 Minuten



### Nährwerte

1 Portion enthält ca.:  
373 kcal | 30 g Eiweiss  
5 g Kohlenhydrate | 24 g Fett  
(ohne Bratkartoffeln und Salat)



### Weitere Rezepte:

[schweizerfleisch.ch/rezepte](https://www.schweizerfleisch.ch/rezepte)



# RINDSHAXE

## mit Knoblauch und Rosmarin gespickt

..... für 8 Personen .....

### Zutaten

1	Haxe am Stück vom Hinterviertel des Schweizer Rinds (ca. 2 kg)
6	Knoblauchzehen
1 Bund	Rosmarin
1	Rüebli
3	Zwiebeln
200 g	Sellerie
2 EL	HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl*
5 dl	Weisswein
5 dl	Kalbsbouillon
1 EL	Honig schwarzer Pfeffer aus der Mühle

\*Diese hitzestabilen Öle sind  
ideal zum Hoherhitzen.

### Zubereitung

**1** | Rindshaxe mit einem kleinen Messer rundherum in ca. 4 cm Abstand jeweils 1–2 cm tief einstechen. Knoblauchzehen schälen und vierteln. Rosmarin von den Stielen zupfen. Beides abwechselnd in die Einstiche stecken.

**2** | Rüebli, Zwiebeln und Sellerie schälen und grob schneiden.

**3** | Öl in einer Pfanne auf hoher Stufe erhitzen. Rindshaxe hineingeben und rundherum 5–6 Minuten anbraten. Mit dem Gemüse in eine hohe Ofenform geben, Weisswein und Kalbsbouillon dazugeben und im vorgeheizten Ofen bei 140 °C (Umluft 120 °C) ca. 4 Stunden schmoren. Dabei gelegentlich wenden. 30 Minuten vor Ende der Garzeit mit Honig bestreichen.

**4** | Fleisch der Haxe vom Knochen lösen. Nach Belieben mit Pfeffer würzen.

Dazu passen Risotto und Zucchetti-Scheiben.



### Vorbereiten

ca. 30 Minuten

### Schmoren

ca. 4 Stunden



### Nährwerte

1 Portion enthält ca.:  
406 kcal | 38 g Eiweiss  
6 g Kohlenhydrate | 21 g Fett  
(ohne Risotto und Zucchetti)



### Weitere Rezepte:

[schweizerfleisch.ch/rezepte](https://www.schweizerfleisch.ch/rezepte)



# FLANK-STEAK-BOWL mit Erdbeeren und grünem Spargel

..... für 4 Personen .....

## Zutaten

600 g	Flank Steak vom Schweizer Rind
1	Knoblauchzehe
2 EL	HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl*
240 g	Buchweizen
2 Bund	Radieschen
1 Schale	Erdbeeren, à ca. 500 g
1 Bund	grüner Spargel, à ca. 500 g
1 Bund	Peterli
1	Bio-Zitrone
80 g	Mandeln
6 EL	Olivenöl
	Salz
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
50 g	Sprossen
1 Beet	Kresse

\* Diese hitzestabilen Öle sind ideal zum Hoherhitzen.

## Zubereitung

- 1** | Flank Steak 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Knoblauch schälen, in dünne Scheiben schneiden, mit dem Öl mischen und das Fleisch damit einreiben.
- 2** | Buchweizen nach Packungsanweisung garen. Radieschen und Erdbeeren putzen und in Scheiben schneiden. Spargel putzen, schälen und längs halbieren.
- 3** | Für das Pesto Peterli von den Stielen zupfen, dann mit Zitronensaft, fein abgeriebener Zitronenschale, Mandeln und Olivenöl mittelfein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zur Seite stellen.
- 4** | Eine Grillpfanne auf hoher Stufe erhitzen. Flank Steak darin von jeder Seite 3 Minuten grillieren, in Alufolie gewickelt ruhen lassen. Spargel in die Grillpfanne geben und bei mittlerer Hitze 5–6 Minuten grillieren, dabei öfter wenden.
- 5** | Alle Zutaten in vier grossen Bowls anrichten. Fleisch in feine Scheiben schneiden und mit in die Bowls geben. Nach Belieben mit Pesto beträufeln, mit Sprossen und Kresse bestreut servieren.



## Zubereiten

ca. 45 Minuten



## Nährwerte

1 Portion enthält ca.:  
958 kcal | 41 g Eiweiss  
57 g Kohlenhydrate | 61 g Fett



**Weitere Rezepte:**  
[schweizerfleisch.ch/rezepte](https://www.schweizerfleisch.ch/rezepte)





# DAS WICHTIGSTE IM ÜBERBLICK.

- Zwei Drittel der landwirtschaftlich nutzbaren Fläche eignen sich nicht für den Ackerbau. Unsere Rinder wandeln das darauf wachsende Gras aber in hochwertige Nahrungsmittel wie Milch, Käse und Fleisch sowie in Leder um.
- Die Fleischproduktion ist an die Milchproduktion gekoppelt. Kühe geben nur dann Milch, wenn sie jährlich ein Kalb gebären.
- Das Futter für die Schweizer Rinder ist GVO-frei. Tiermehl, Hormone und Antibiotika zur Leistungssteigerung sind in der Schweiz verboten.
- Die Schweiz hat das strengste Tiertransportgesetz und eines der strengsten Tierschutzgesetze weltweit.

## Quellen

Jahresbericht Proviande, 2020  
BFS Strukturerhebung, 2019  
Agrarbericht, 2019/2020  
Die Quellen sind alle online verfügbar.

---

### Für weitere Auskünfte rund ums Rind

Schweizer Rindviehproduzenten (SRP)  
Laurstrasse 10  
Postfach  
5201 Brugg

Tel. +41 (0)56 462 53 60  
info@srp-psbb.ch  
srp-psbb.ch

### Für weitere Auskünfte rund ums Fleisch

Proviande  
«Schweizer Fleisch»  
Postfach  
CH-3001 Bern

Tel. +41 (0)31 309 41 11  
info@proviande.ch  
schweizerfleisch.ch

Schweiz. Natürlich.



Der feine Unterschied.