



## Prosciutto di Parma

Parmaschinken ist ein naturbelassener luftgetrockneter Rohschinken, der traditionell in der Region um Parma (Emilia-Romagna) erzeugt wird. Verarbeitet werden ausschließlich Schweine aus Italien. Seine Zutaten sind die Schweinekeule, Meersalz und viel Zeit zum Reifen. Die klimatischen Bedingungen, die ideal sind für die Reifung von Schinken, tragen wesentlich zum milden Aroma, „dolce“ - wie man in Italien sagt, bei. Reifen erfordert Zeit. Mindestens 12 Monate. Meist viel länger. Im Übrigen: Keine Zusatzstoffe, keine Farbstoffe, keine Konservierungsstoffe. Und selbstverständlich auch keine Nitrite oder Nitrate.





## **Geschützte Ursprungsbezeichnung**

Die Herstellung von Parmaschinken unterliegt einem traditionellen Verfahren, festgeschrieben und garantiert durch das EU-Siegel „Geschützte Ursprungsbezeichnung“ (italienisch „Denominazione di Origine Protetta“). 1996 wurde es dem Parmaschinken von der Europäischen Union verliehen. Die „G.U.“ schreibt fest: die Herkunft der Schweine aus Italien, die Produktion in der Region um Parma und das traditionelle Herstellungsverfahren mit seinen zentralen Elementen Salzen, Lufttrocknen, Reifen. Definiert ist, welche Schweinerassen erlaubt sind, wo die Schweine geboren, aufgewachsen und geschlachtet werden, wie sie zu füttern und zu verarbeiten sind, wie lange die Keulen reifen müssen und welche Kriterien erforderlich sind, um als Parmaschinken in den Handel zu kommen. Dies garantiert dem Verbraucher die exzellente Qualität und den besonderen Genuss.

### *Die Produktionszone*

Die Produktionszone ist exakt festgelegt und umfasst die Provinz Parma, die sich südlich der Via Emilia 5 km weit erstreckt, auf 900 m ansteigt, im Osten vom Fluss Enza begrenzt wird und im Westen vom Stirone. Hier herrschen klimatische Bedingungen, die ideal sind für das natürliche Lufttrocknen der Schinken. Der Seewind der Versilia streift, nachdem er das Aroma der Pinienwälder aufgenommen hat, gegen die Karstberge der Cisa, verliert dabei seinen salzigen Geschmack und bläst anschließend durch die Kastanienwälder. Die Luft wird trocken und ist ideal für die Reifung des Prosciutto di Parma.





## **Herstellung: 10 Schritte zum Parmaschinken**

### *Das Schwein*

Ein Schwein zur Herstellung von Parmaschinken muss hohen spezifischen Anforderungen genügen. Es stammt aus einer von zehn definierten Regionen Nord- und Mittelitaliens, ist einer bestimmten Rasse zugehörig, älter als neun Monate, hat ein Gewicht von mindestens 144 kg und ist beim Schlachten nüchtern und ausgeruht. Nur wenn dies erfüllt und vom Züchter dokumentiert ist, geht das Schwein in die Schlachtung.

### *Das Kühlen*

Der frische Schweineschlegel bleibt 24 Stunden in der Kühlung, bis er eine Temperatur von 0°C erreicht hat. Dies erleichtert den späteren Zuschnitt. Während des Kühlens verliert das Fleisch schon ein Prozent an Gewicht.

### *Der Zuschnitt*

Beim Zuschnitt werden Fett und Haut entfernt und der Schlegel erhält seine charakteristische Form. Der Zuschnitt ist aus zwei Gründen notwendig: Zum einen spielt die Ästhetik eine Rolle und zum anderen erleichtert diese Schinkenform das spätere Einsalzen. Durch den Zuschnitt verliert der Schinken fast ein Viertel seines Gewichts. Schon in dieser Produktionsphase werden die Schinken, die auch nur den kleinsten Makel aufweisen, aussortiert.

### *Das Einsalzen*

Die gekühlten und zugeschnittenen Schlegel werden nun vom Schlachthof an die Reifehäuser geliefert. Zum Einsalzen der Schinken wird trockenes wie auch feuchtes Salz verwendet. Die Schwarte wird mit feuchtem Salz bedeckt, das Muskelfleisch mit trockenem. In dieser Phase der Produktion ist es sehr wichtig, dass die Schlegel ihre gleichmäßige Temperatur behalten. Denn ist der Schlegel zu kalt, kann er das Salz nicht absorbieren, ist er zu warm besteht die





Gefahr, dass der Schlegel verdirbt. Schließlich werden die Schlegel in ein Kühlhaus gebracht, in dem eine Temperatur zwischen 1°C und 4°C herrscht und eine Luftfeuchtigkeit von ca. 80 Prozent. Eine gute Woche verbleiben die Schlegel in diesen Kühlräumen. Danach werden sie vom Salz befreit, erneut mit einer dünnen Salzschrift bedeckt und wieder in ein Kühlhaus gebracht, wo sie je nach Gewicht zwischen 15 und 18 Tagen verbleiben. In dieser Phase nehmen die Schlegel nach und nach das Salz auf und verlieren weiter an Feuchtigkeit. Am Ende des Einsalzens hat der Schinken nochmals vier Prozent an Gewicht verloren. Meersalz ist die einzige natürliche Konservierung des Parmaschinkens.

### *Das Ruhen*

Nun wird das verbliebene Salz entfernt und die Schlegel hängen für 60 bis 80 Tage in den Ruheräumen bei einer durchschnittlichen Luftfeuchtigkeit von 75 Prozent und einer Temperatur von 1°C bis 5°C. In dieser Phase ruht der Schinken und das Salz verteilt sich gleichmäßig. Es tritt ein erneuter Gewichtsverlust von 8 bis 10 Prozent ein.

### *Waschen und Trocknen*

Die Schlegel werden nun mit warmem Wasser abgewaschen, um verbliebenes Salz zu entfernen. Während sonnenreicher, trockener Tage, an denen ein leichter Wind weht, trocknen die Schinken unter natürlichen Bedingungen. Im Winter, wenn es kalt, nass oder feucht ist, kommen spezielle Trockenanlagen zum Einsatz. Diese Phase erstreckt sich über maximal eine Woche.

### *Das Vorreifen*

Das Vorreifen der Schinken vollzieht sich in langgezogenen Reifehäusern mit einander gegenüberliegenden Fenstern. Die Schinken hängen an riesigen Holzgestellen. Die Regulierung der Luftzufuhr ist von großer Bedeutung. So werden die Fenster je nach Verhältnis von innerer zu äußerer Luftfeuchtigkeit und innerer und äußerer Produktfeuchtigkeit geöffnet







oder geschlossen. Dieses Verfahren ermöglicht einen optimalen Trocknungsvorgang. Drei Monate dauert dieser Prozess, und die Schinken verlieren weitere 8 bis 10 Prozent an Gewicht.

### *Das Einschmalzen*

Damit das äußere Muskelfleisch und der Bereich rund um den Knochen des Schinkens nicht zu stark austrocknen, werden sie mit einer Mischung aus Schmalz, Salz und Pfeffer eingerieben.

### *Das Reifen*

Im siebten Monat tritt die Herstellung in eine zentrale Phase. Dazu wird der Schinken in Reiferäume gebracht, die weniger belüftet und dunkler sind. Hier vollziehen sich wesentliche biochemische und enzymatische Prozesse, die letztlich den Geschmack, die Aromen und die Bekömmlichkeit des Parmaschinkens mitbestimmen. Der Gewichtsverlust in dieser Phase beträgt weitere fünf Prozent.

### *Die Krone der Herzöge von Parma*

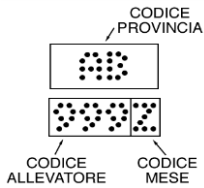
Jetzt sind mindestens zwölf Monate seit der ersten Salzung vergangen. Die Experten der vom Consorzio unabhängigen Zertifizierungsstelle stechen nun mit einem dünnen, porösen Pferdeknöchel, der das Aroma des Schinkens nur kurz aufnimmt und dann schnell wieder verliert, an fünf verschiedenen Stellen in den Muskel und prüfen anhand des Geruchs die Qualität und den Reifegrad des Schinkens. Besteht er diese Geruchsprobe und hat der Schinken zudem alle Stufen der Produktion vorschriftsgemäß durchlaufen, erhält er den Brandstempel, die fünfzackige Krone der Herzöge mit dem Schriftzug PARMA. Nun ist er garantiert ein Parmaschinken.





## Rückverfolgbarkeit

Identifizierungs-codes und Brandzeichen garantieren die lückenlose Rückverfolgbarkeit der gesamten Produktionskette des Parmaschinkens.



Den Ferkeln wird nach der Geburt ein Code auf beide Hinterkeulen tätowiert mit dem Geburtsdatum sowie dem Namen und der Provinz des Aufzuchtbetriebes.



Im Schlachthof wird jeder einzelne Schlegel auf seine Frische und Qualität hin geprüft und erhält das Brandzeichen PP, das für „Prosciutto di Parma“ steht. Darüber hinaus werden die Schlegel mit dem Code des Schlachthofs versehen.



Im Herstellungsbetrieb erhalten die Schlegel das Metallsiegel des Konsortiums mit den Buchstaben C.P.P. für „Consorzio del Prosciutto di Parma“ und dem Datum des Verarbeitungsbeginns.



Die Krone der Herzöge von Parma ist Garant für die Echtheit und die hohe Qualität des Parmaschinkens. Unterhalb der Krone befindet sich der Identifikationscode des Herstellers.





## Nährwerte

Parmaschinken schmeckt nicht nur einzigartig, er eignet sich auch optimal für eine gesunde und figurbewusste Ernährung. Dies belegen die ernährungsphysiologischen Werte des Parmaschinkens nach einschlägigen Untersuchungen verschiedener Institute (Stazione Sperimentale per l'Industria delle Conserve Alimentari - SSICA und l'Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione – INRAN).

Aufgrund seines hohen Proteingehalts und der natürlichen Proteolyse, die während der Reifung einsetzt und das schnelle Aufspalten von Eiweiß in kleinere Moleküle und Aminosäuren beschreibt, ist Parmaschinken leicht verdaulich und besonders auch für Kinder, Sportler und Senioren geeignet.

Gerade sportlich aktive Menschen schätzen die positive Wirkung der Aminosäuren wie Valin, Leucin und Isoleucin, die über 20 Prozent der gesamten Proteine im Parmaschinken ausmachen. Dies bewirkt unter anderem eine schnellere Regeneration der Muskeln nach Belastung.

Parmaschinken enthält Lipide von hoher Qualität dank der hohen Konzentration an ungesättigten Fettsäuren (64,9 Prozent) und guter Fette wie der Ölsäure (45,8 Prozent) sowie einfach ungesättigter Fettsäuren, wie sie auch in Olivenöl enthalten sind.

Der Genuss von Parmaschinken deckt den täglichen Bedarf an Vitaminen der B-Gruppe und liefert darüber hinaus wichtige Mineralien und Spurenelemente wie beispielsweise Eisen. Es ist bewiesen, dass Parmaschinken auch die sog. Freien Radikale im Körper bindet und durch natürliche Antioxidantien wie Vitamin E und Selen das physiologische Gleichgewicht des Körpers unterstützt.

### *Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:*

Ohne sichtbares Fett: 176 kcal/734 Kj. Eiweiß 29,1 g. Fett 6,4 g. Kohlenhydrate 0,4 g.

Mit sichtbarem Fett: 269 kcal/1127 Kj. Eiweiß 25,9 g. Fett 18,3 g. Kohlenhydrate 0,3 g.





## Genuss

Parmaschinken zählt zu den feinsten Delikatessen der Welt. Er verdient es daher, sachgerecht aufbewahrt, präsentiert und serviert zu werden. Parmaschinken ist mild im Geschmack und zart in der Konsistenz. Hauchdünn und mit Fettrand schmeckt er am besten. Die Italiener genießen ihn pur, mit Crissini, zu Melone und Feigen, zu italienischem Käse und frischem Brot. Eine halbe Stunde vor dem Verzehr aus dem Kühlschrank genommen, kann der Parmaschinken sein volles Aroma entfalten.

## Aufbewahrung

Lose Parmaschinken-Scheiben gehören in den Kühlschrank und sollten innerhalb von zwei Tagen verzehrt werden. Dies gilt auch für eine angebrochene Packung SBParmaschinken in Scheiben. Abgepackter Parmaschinken ist gemäß den Angaben auf der Verpackung haltbar. Ein ganzer Parmaschinken mit Knochen lässt sich bei Temperaturen zwischen 17°C und 20°C und einer Luftfeuchtigkeit von unter 70% bis zu einem Jahr aufbewahren. Ohne Knochen und vakuumverpackt hält er im Kühlschrank bis zu drei Monaten, einmal aus der Packung genommen und angeschnitten gekühlt noch etwa einen Monat. Es empfiehlt sich, die Schnittstelle mit Frischhaltefolie abzudecken, um sie vor Oxidation zu schützen. Einfrieren sollte man Parmaschinken nicht, da dies die Faser beschädigt und das Aroma vermindert.







## Das Consorzio del Prosciutto di Parma

### *Aufgaben und Ziele*

Das Consorzio del Prosciutto di Parma ist die Stimme der Produzenten und internationaler Repräsentant seiner Mitgliedsbetriebe. Der Verband bündelt die Kompetenzen und Stärken seiner Mitglieder und setzt sich dafür ein, die gemeinsamen Interessen weltweit zu wahren und zu fördern. Als Netzwerk verbindet er Hersteller, Verbände, Behörden und Institutionen.

Das Konsortium achtet darauf, dass die gesetzlichen sowie die eigenen Vorschriften konsequent eingehalten werden. Dies betrifft den kompletten Herstellungsprozess - vom Aufzuchtbetrieb über das Schlachthaus bis zur Produktionsstätte. Unterstützt wird das Consorzio dabei von einem unabhängigen Zertifizierungsorgan.

Zu den Aufgaben gehören ebenfalls die Öffnung neuer Märkte sowie das nationale wie internationale Marketing. Mit weltweiten Kampagnen, Veranstaltungen, Messebeteiligungen, Promotion und gezielter Öffentlichkeitsarbeit setzt sich das Konsortium für ein positives Bild des Parmaschinkens in Handel und Gesellschaft ein. Und es bekämpft weltweit Plagiate.

Gegründet wurde das Consorzio del Prosciutto di Parma am 18. April 1963 von 23 Herstellern zum Schutz des Parmaschinkens. Damals betrug die Gesamtproduktion 53.000 Schinken. Heute vereint das Consorzio 140 Mitgliedsunternehmen, die jährlich 8,5 Millionen Parmaschinken herstellen.

