

„Ein gutes Stück Fleisch, perfekt zubereitet – das reicht mir schon“

Interview mit Fleischsommelier Carsten Mai

Vom Ferienjob in der Hotelküche bis zum Meistertitel und der exklusiven Ausbildung zum Fleischsommelier: Carsten Mai ist mehr als nur ein Fleischermeister. Er ist ein Botschafter des guten Geschmacks und ein Verfechter bedingungsloser Qualität. Im Interview mit Kurier-Redakteurin Susanna Gotsch spricht der Glienicker, der heute bei einer großen Lebensmittelkette im Mühlenbecker Land tätig ist, über seinen Weg, die Wissenschaft hinter dem perfekten Steak und warum das Auge bei ihm nicht nur mitisst, sondern mitschneidet.



› **Glienicker Kurier:** Herr Mai, wenn Kunden Ihre Produkte probieren – was sollen sie im Idealfall schmecken?

Carsten Mai: Mir ist eine Sache ganz besonders wichtig und das gebe ich auch meinem Team jeden Tag mit: Ein Produkt muss nach sich selbst schmecken. Ein Lamm muss nach Lamm schmecken – nicht zu trocken, nicht übersäuert. Selbst bei unseren marinierten Spezialitäten darf der Grundgeschmack nicht verloren gehen. Wenn ein Kunde ein frisches, naturbelassenes Stück Fleisch kauft, dann soll er beim Braten diese unverfälschte Qualität riechen und schmecken. Ob Rind, Lamm oder eine saftige Hähnchenbrust – das Ziel ist immer das ehrliche Geschmackserlebnis.

› **Erinnern Sie sich noch an Ihr erstes bewusstes Erlebnis, bei dem Sie dachten: „Wow, so gut kann Fleisch sein“?**

Das war während meiner Ausbildung im ersten Lehrjahr. Wir hatten eine Weihnachtsfeier in einem Steakhaus. Dort habe ich zum ersten Mal ein Roastbeef gegessen, Medium Rare zubereitet. Das war ein argentinisches Stück, perfekt auf den Punkt gebraten. In diesem Moment wurde mir klar: Das ist ein Produkt, das man mit echtem Stolz und Überzeugung verkaufen kann. Das war der Funke, der meine Begeisterung für diesen Beruf endgültig entfacht hat.

› **Ihr Weg in das Handwerk war aber eigentlich gar nicht direkt geplant, oder? Sie wollten ursprünglich Koch werden.**

Das stimmt. Ich habe schon früh Ferienjobs in der Gastro-

Fleischsommelier Carsten Mai empfiehlt für die Grill-Saison ein Rinder-Tomahawk. Der lange Knochen hat dem Steak zu Weltruhm verholfen. Foto: privat

nomie gemacht, im damaligen Entenkeller in Frohnau. Ich wollte unbedingt in die gehobene Hotellerie, unter anderem ins Kempinski oder Steigenberger. Leider hat es nicht geklappt und so kam ich über einen Abteilungsleiter einer Lebensmittelkette zum Fleischerhandwerk – Fachrichtung Verkauf. Auch meine Familie ist stark im Fleischerhandwerk verwurzelt – meine Großeltern hatten früher eine Fleischerei in Glienicke. Ich wollte meine Ausbildung aber lieber woanders absolvieren und bin in die Nähe von Göttingen gegangen.

› **Wann wurde aus diesem „Plan B“ echte Leidenschaft?**

Ein entscheidender Moment war im dritten Lehrjahr. Mein damaliger Meister

erkrankte an einem Bandscheibenvorfall, und ich musste den Betrieb quasi von heute auf morgen mitschmeißen. Mein Chef sagte mir später, man hätte gar nicht gemerkt, dass der Meister nicht da war. Das war ein riesiges Kompliment. Ich merkte, dass ich nicht nur das Handwerk beherrsche, sondern auch die Leidenschaft für den Verkauf und die Kundenberatung besitze. Ein Prüfer sagte mal zu mir: „Sie würden sogar einem Eskimo einen Kühlschrank verkaufen!“

› **Sie sind nicht nur Fleischermeister, sondern auch Fleischsommelier. Was unterscheidet diese Ausbildung vom klassischen Meister?**

Der Fleischsommelier ist eine tiefe Spezialisierung, die ich 2025 an der Fleischerschule in Augsburg absolviert habe. Da geht es weit über das normale Handwerk hinaus. Man beschäftigt sich intensiv mit der Geschichte des Fleisches, mit der Genetik der Tiere, verschiedenen Kreuzungen und vor allem mit den verschiedenen Garstufen und der Reifung des Fleisches.

› **Inwiefern hat das Ihren Blick auf Fleisch verändert?**

Massiv. Nehmen wir das Thema Reifung: Man bekommt Techniken aufgezeigt wie zum Beispiel die Trockenreifung, Wet Aging (Vakuumreifung) bis hin zur Ash Aging (Holzasche-Reifung). Wenn man dieses Wissen hat, sieht man Fleisch mit anderen Augen. Man erkennt am Farbton oder der Oberflächenbeschaffenheit sofort, wie weit ein Reifeprozess ist. Das ist fast schon eine Wissenschaft für sich.

› **Sie predigen „Qualität statt Quantität“. Wie setzen Sie das konkret in Ihrer täglichen Arbeit um?**

Unser Anspruch ist, dass wir jedes Stück – egal ob wir es selbst auslösen oder fertig angeliefert bekommen – noch einmal feinseltieren. Wir schneiden jedes Steak, jedes Schnitzel und jedes Kotelett ladengerecht und perfekt zu.

Bei uns geht kein Paket einfach so in die Theke. Wir prüfen die Marmorierung, die Stärke und den Zuschnitt.

› **Ein häufiger Fehler ist ja die Zubereitung zu Hause. Haben Sie da einen Profi-Tipp?**

Viele Kunden wollen zum Beispiel ein zu dünnes Stück Fleisch haben. Deshalb sage ich meinem Team immer ‚Schneidet das Schnitzel lieber einen Tick dicker‘. Der Grund ist simpel: Viele braten ihr Stück Fleisch zu lange und zu heiß an, bis die Panade schön braun ist. Wenn das Fleisch zu dünn ist, ist es innen bereits staubtrocken. Ein etwas dickeres Stück verzeiht mehr und bleibt saftiger. Wir verstehen uns da auch als Berater und erklären den Kunden, wie sie das perfekte Ergebnis in der Pfanne erzielen.

› **Was sind die typischen Fehler, die Verbraucher bei der Lagerung oder Vorbereitung machen?**

Der größte Fehler passiert oft schon beim Transport. Fleisch ist ein sensibles Lebensmittel. Wenn es im Sommer eine halbe Stunde im warmen Auto liegt, beginnt die Mikroflora zu arbeiten – das kriegt man auch im Kühlschrank nicht mehr eingefangen. Wenn das Fleisch dann zu Hause ist, begehen manche den Fehler, es in der Plastiktüte oder im Einschlagpapier der Theke zu lassen. Mein Tipp: Nehmen Sie das Fleisch zu Hause aus der Verpackung, tupfen Sie es mit Küchenkrepp vorsichtig trocken und legen Sie es in eine Glas- oder Porzellantdose mit Deckel. Fleisch muss „atmen“ können, darf aber nicht austrocknen.

Und ganz wichtig für die Zubereitung: Nehmen Sie das Fleisch rechtzeitig aus dem Kühlschrank! Ein eiskaltes Steak direkt in die heiße Pfanne zu werfen, ist der sichere Weg zu einem zähen Ergebnis. Das Fleisch erleidet einen Hitzeschock, die Fasern ziehen sich schlagartig zusammen und der wertvolle Fleischsaft tritt aus. Geben Sie dem Stück mindestens 30 bis 60 Minuten Zeit, um auf Zimmertemperatur zu kommen. Erst dann ist es bereit für das perfekte Bratergebnis.

› **Fleischkonsum steht heute oft in der Kritik. Wie gehen Sie mit Themen wie Tierwohl und Nachhaltigkeit um?**

Transparenz ist das A und O. Der Gesetzgeber gibt uns strenge Auflagen der Herkunftsnachweise vor. Wir wissen genau, wann ein Tier geschlachtet und zerlegt wurde. Aber der Kunde muss auch bereit sein, genauer hinzuschauen. Ich empfehle jedem: Trauen Sie sich ruhig an der Theke nach der Haltungsform zu fragen oder schauen Sie bei einer Fleischpackung genauer hin. Qualität hat ihren Preis und „bewusster Genuss“ bedeutet eben auch, vielleicht einmal weniger Fleisch zu essen, dafür aber ein perfekt zugeschnittenes, hochwertiges Stück vom Fachmann.

› **Was ist Ihr persönliches Lieblingsgericht?**

Da bin ich trotz aller Sommelier-Expertise bodenständig geblieben. Aber wenn es ein Steak sein soll, dann ein perfekt gereiftes Rindersteak, richtig zubereitet. Wenn die Qualität des Ausgangsprodukts stimmt, braucht es nicht viel mehr als ein gutes grobes Salz und das Wissen um den richtigen Garpunkt.

› **Zum Abschluss: Was möchten Sie den Lesern mitgeben?**

Gebt der Frischetheke eine Chance. Kommt vorbei, lasst Euch beraten – auch wenn es nur für ein kleines Gericht ist. Man bekommt einfach ein besseres Gefühl für das Produkt. Und die Preise unterscheiden sich oft gar nicht so sehr von der Selbstbedienungstheke.

SOMMER, SONNE, SONNENBRILLE!

Unsere großartigen Sommer-Angebote



Modische Sonnenbrillen in Ihrer individuellen Sehstärke – jetzt bei Schmelzer Augenoptik

Koebisstr. 1 / Oranienburger Ch. 5
16548 Glienicke / Nordbahn
Telefon: 033056 - 948 45

Mo - Fr 10 - 19, Sa 10 - 14 Uhr

P Kundenparkplatz
direkt am Geschäft.
♿ Zugang barrierefrei.



SCHMELZER AUGENOPTIK

www.schmelzer-augenoptik.de