

# Die wilde Zeit

Warten Sie nicht mehr länger, um die wilden Seiten des Herbstes zu genießen. Mit Hirsch, Reh, Wildschwein und Kaninchen lässt sich leicht auftrumpfen.

## Wildfleischtopf »Hubertus«

100  
Minuten



Foto: Fuchs Gewürze

### Zutaten für 4 Portionen ▲

800 g küchenfertiges Wildfleisch, z.B. Wildschwein  
 1 Stange Lauch  
 3 Möhren  
 1 kleine Sellerieknolle  
 150 g durchwachsener Speck  
 1,2 l Wildfond  
 1 TL Thymian, gerebelt  
 1/2 TL weißer Pfeffer  
 1 TL Knoblauchsatz  
 1/2 TL Wild-Gewürz  
 30 g getrocknete chinesische Mischpilze, z.B. von Fuchs  
 100 ml Rotwein  
 2 EL Wild-Preiselbeeren

**1.** Das Fleisch unter fließendem Wasser abspülen, trockentupfen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden.

**2.** Den Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden. Möhren und Sellerieknolle schälen, waschen und würfeln.

**3.** Den Speck in kleine Würfel schneiden und in einem weiten Topf auslassen. Die Fleischwürfel dazugeben und anbraten. Gemüse ebenfalls zufügen und mit andünsten.

**4.** Fond zum Fleisch und Gemüse gießen, 3/4 der Gewürze

zufügen, umrühren und alles 80 Minuten garen. Zwischen-durch umrühren.

**5.** Die Pilze kalt abspülen und 30 Minuten in kaltem Wasser quellen lassen. Pilze abtropfen lassen und ca. 5 Minuten vor Ende der Garzeit zum Wildfleischtopf geben.

**6.** Den Eintopf mit Rotwein und Preiselbeeren verfeinern und mit den restlichen Gewürzen abschmecken.

**Dazu passt Baguettebrot.**

Pro Portion: 1533 kJ/366 kcal

## Geschmortes Kaninchen

30  
Minuten

1. Kaninchenteile evtl. trockentupfen, dann salzen und pfeffern. 2 EL Olivenöl in einem Bräter erhitzen und das Fleisch rundherum anbraten.
2. 1/4 l (250 ml) Wasser zum Fleisch gießen und den Bräter zudecken. Im vorgeheizten Backofen bei 200 °C (Umluft: 175 °C) ca. 40 Minuten schmoren. Fleishteile herausnehmen und warm stellen.
3. Den beim Schmoren entstandenen Bratenfond durch ein Sieb in einen Messbecher gießen und mit Wasser auf 300 ml Flüssigkeit auffüllen.
4. Die Nudeln in kochendem Salzwasser bissfest garen. Anschließend in einem Sieb abgießen und abtropfen lassen.
5. Die Paprikaschote halbieren, entkernen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Paprika, Oliven und Thymian im restlichen Olivenöl andünsten.
6. Bratenflüssigkeit zum Gemüse geben. Fix für Hackfleisch Schafskäse-Auflauf einrühren und unter Rühren aufkochen. Bei schwacher Hitze ca. 2 Minuten garen.
7. Die Sauce mit Crème fraîche verfeinern, mit Salz und Pfeffer



abschmecken. Zum Kaninchen und den Nudeln servieren.

**Tipp:** Probieren Sie einmal Wildkaninchen. Sie haben sehr weißes, zartes Fleisch, das besonders würzig und manchmal leicht süßlich schmeckt.

**Im Backofen: 40 Minuten**

Pro Portion: 2951 kJ/707 kcal

... in fein-würziger Thymian-sauce mit schwarzen Oliven.

### ▲ Zutaten für 2 Portionen

1 kg Kaninchenteile  
Salz, Pfeffer  
3 EL Olivenöl  
125 g Bandnudeln  
1 rote Paprikaschote  
10 schwarze Oliven (ohne Stein)  
2 TL Thymian  
1 Beutel Fix für Hackfleisch Schafskäse-Auflauf (Knorr)  
50 g Crème fraîche

### ◀ Zutaten für 4 Portionen

500 g Hirschgulasch  
50 g Speckwürfel  
2 EL Öl  
150 ml Rotwein  
1 Beutel Fix für Waldpilz-Rahm-Geschnetzeltes (Knorr)  
1 Lorbeerblatt  
2 EL Wild-Preiselbeeren  
1 EL Crème fraîche

## Hirschgulasch

1. Gulasch rundum anbraten, Speckwürfel zufügen und mitbraten. 400 ml Wasser und Wein zufügen, Fix-Produkt einrühren und aufkochen.
2. Lorbeerblatt zufügen und alles zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 75 Minuten garen. Zwischendurch umrühren. Gulasch mit Preiselbeeren und Crème fraîche abschmecken.

Pro Portion: 1713 kJ/410 kcal

90  
Minuten

Zum zarten Rehrücken schmecken Semmelknödel und Rosenkohl sehr gut. Mit ein paar aufgestreuten Wacholderbeeren und Lorbeerblättern haben Sie schnell eine stilechte Tischdekoration.

## Rehrücken mit Linsen

1. Suppengrün putzen, waschen und kleinschneiden. Den Speck würfeln und in einem Topf knusprig braten. Anschließend herausnehmen.

nem flachen Teller verteilen. Feinschmecker Zwiebel-Sauce zu dem Gemüse geben und verrühren. Bei schwacher Hitze 10 Minuten kochen lassen. Speck-



50  
Minuten

### Zutaten für 6 Portionen ▲

1/2 Bund Suppengrün  
80 g durchwachsener Speck  
1–2 EL Zucker  
60 g Linsen, z.B. die dunkel gesprenkelten Pardinalinsen  
800 g Rehrückenfilet  
Salz  
Pfeffer  
2 EL Pflanzencreme  
2 Bund Thymian  
1 Beutel Feinschmecker Zwiebel-Sauce (Knorr)  
2–3 EL Aceto balsamico (Balsamessig)  
2 TL süßer Senf

2. Zucker im Speckfett schmelzen lassen, 600 ml Wasser dazugießen und aufkochen. Das vorbereitete Gemüse und die Linsen dazugeben. Alles zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten kochen.
3. Inzwischen das Rehrückenfilet rundherum mit Salz und Pfeffer einreiben und in einem Bräter in heißer Pflanzencreme rundherum anbraten. Im vorgeheizten Backofen bei 150 °C (Gas: Stufe 1/Umluft: 125 °C) ca. 20 Minuten garen.
4. Thymian waschen, trocken-schütteln, hacken und auf ei-

würfel zufügen und die Sauce mit Balsamessig, Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Das Fleisch mit Senf einstreichen und in Thymianblättchen wälzen. Vor dem Servieren das Fleisch in Scheiben schneiden. Mit der Sauce servieren.

**Wild, aber gesund:** Wildfleisch aller Art sollte immer gut abgehangen sein, bis das eiweißreiche, fettarme Fleisch reif und mürbe geworden ist und seinen typischen Geschmack entfaltet. Es riecht dann feinsäuerlich, keinesfalls muffig.

Pro Portion: 1164 kJ/279 kcal

20  
Minuten

Fotos [4]: Knorr

## Petersilienwurzelsalat

1. Petersilienwurzeln waschen und putzen. Zitrone auspressen. 1/2 l (500 ml) Wasser und Zitronensaft aufkochen. Brühe oder Bouillon zugeben.
2. Petersilienwurzeln in die Brühe geben und zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 3 Minuten kochen. Herausnehmen und abkühlen lassen. Etwas von der Wurzelbrühe zurückbehalten.
3. Den Apfel waschen, vierteln und entkernen, das Fruchtfleisch in Spalten schneiden. Feldsalat putzen, waschen und abtropfen lassen.
4. Die abgekühlten Petersilienwurzeln schälen und der Länge nach in feine Streifen schneiden.

Die Schalotte schälen und fein würfeln.

5. Salatkrönung mit 2–3 EL Wasser, 1 EL Wurzelbrühe, Walnussöl und Apfelgelee gut verrühren. Petersilienwurzeln, Apfelspalten, Schalottenwürfel und Feldsalat untermischen.

6. Walnüsse grob hacken, nach Belieben in einer trockenen beschichteten Pfanne rösten und den Salat damit bestreuen.

**Petersilienwurzeln:** Das typische Wintergemüse mit dem würzig herben Geschmack wird ab Oktober angeboten. Die Blätter können wie Petersilie verwendet werden.

Pro Portion: 653 kJ/157 kcal

Mit dem fein-säuerlich abgeschmeckten Apfelgelee-Kräuter-Dressing passt der Petersilienwurzelsalat hervorragend auch als Vorspeise zu den Wildgerichten.

### ◀ Zutaten für 4 Portionen

#### Für den Salat:

300 g Petersilienwurzeln (oder Knollensellerie)  
1 kleine Zitrone  
2 TL Delikatessbrühe oder Gemüsebouillon  
1 roter Apfel  
50 g Feldsalat  
1 Schalotte

#### Für das Dressing:

1 Beutel Salatkrönung  
»Würzige Gartenkräuter«  
3 EL Walnussöl  
2 TL Apfelgelee (oder Apfelmus)  
2 EL Walnusskerne

## Im nächsten TV piccolino:



## Die Retroküche Lieblingsgerichte neu »aufgelegt«

Koch- und Backrezepte zum Sammeln.