



Foto: Jennifer Mack



WILD STEW VOM FELDHASEN

VON WILDREBELLIN JENNIFER MACK

i

Das als Beef Stew (Rindfleisch-Schmoreintopf) bekannte Gericht ist in vielen Ländern besonders in den kalten Wintermonaten geschätzt und eine tolle Eintopf-Alternative.

ZUTATEN

FÜR 4 PERSONEN

- 500 g Gulaschstücke vom Feldhasen
- 5 große Karotten
- 300 g Rosenkohl
- 300 g Kartoffeln
- 500 ml Bier (gerne auch dunkel)
- 750 ml Wildfond
- 1 große Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- ½ Sellerieknolle
- 2 EL Tomatenmark
- 3 EL Mehl
- 2 Lorbeerblätter
- 2 Zweige Thymian und Rosmarin
- 1,5 TL Wildrebellen „Wild Fire“ (alternativ Paprika Edelsüß)
- 1 Bund Petersilie
- 1 Bund Lauchzwiebeln
- 100 ml Rotwein (bei Bedarf)

ZUBEREITUNG

- Das Fleisch in Butterschmalz scharf anbraten, wieder aus dem Topf nehmen und beiseitestellen.
- Das Gemüse im übrigen Fett anschwitzen, bis sich Röststoffe bilden. Anschließend Tomatenmark und Mehl dazugeben und kurz mit anbraten – hier Vorsicht mit zu großer Hitze, damit die Masse nicht zu dunkel wird.
- Mit Bier ablöschen und leicht einkochen lassen. Anschließend mit Gemüsebrühe aufgießen, Gewürze (in diesem Fall 1,5 TL Wildrebellen Wild Fire) und Kräuter hinzufügen und das Fleisch wieder zugeben.
- Bei geschlossenem Deckel ca. 1 Stunde schmoren lassen, bis das Fleisch zart ist.
- Rosenkohl und geschnittene Karotten mit etwas Öl besprühen und mit einer Prise Zucker und Salz bestreuen. Anschließend in der Heißluftfritteuse oder im Backofen bei 180 Grad Umluft ca. 20 bis 30 min glasieren.
- Das Wild Stew abschmecken, ggfs. noch mit Rotwein etwas verfeinern. Klein geschnittene Kartoffeln hinzugeben und nochmals 20 Minuten garen lassen.
- Das Wild Stew mit dem glasieren Rosenkohl und Karotten in einer Schüssel anrichten und mit Petersilie und Lauchzwiebeln garnieren.

