

WILDHASE in einer feinen Rotwein-Wurzelgemüse-Sauce

Wild - nicht jeder traut sich. Aber mit unserem bewährten Rezept werden Sie zum Zauberer eines 3-Gänge-Menüs in Ihrer Küche. Und das Beste: Vieles lässt sich gut vorbereiten, so dass Sie Ihre Gäste ohne großen Stress mit einem Gourmetessen verwöhnen können.

Meine Einkaufsliste:

1 Wildhase - bekommen Sie bei uns, aus eigener Jagd!

Natürlich geprüfte Qualität aus der Region.



3 Stück Zwiebeln	1 Prise getrockneter Thymian	1 Teelöffel Djon-Senf	3 Esslöffel Mehl
¼ Stück Sellerieknolle	4 Esslöffel Schweineschmalz	4 Esslöffel Tomatenmark	⅛ Liter Wasser
2 Stück mittlere Karotten	1-2 Stück Lorbeerblätter je nach Größe	½ Teelöffel Salz	⅞ Liter Sauerrahm (saure Sahne)
2 Stück Zitronenscheiben	9 Stück Pfefferkörner	1 Prise Zucker	oder Crème fraîche
1 Stück Petersilienwurzel	¾ Liter Fleischbrühe	1 Esslöffel Essig	¼ Liter Rotwein

Knapp'sche Tipp: Crème fraîche hat einen Fettgehalt von mindestens 30%. Sauerrahm hat einen Fettgehalt von nur 10%. Crème fraîche ist durch den höheren Fettgehalt cremiger und dadurch intensiver im Geschmack. Sie haben die Wahl!

1. Los geht's: Zuerst putzen wir den Wildhasen und zerteilen ihn in einzelne Stücke (Brust, Schulter, Vorder- und Hinterläufe, Hals). Im Anschluss die Wildhasenstücke kurz mit kaltem Wasser säubern. Karotte, Petersilienwurzel und Sellerie waschen und die Zwiebeln schälen, danach alles würfeln. Kochen Sie die Fleischbrühe auf.
2. Erhitzen Sie in Ihrem Bräter das Schweineschmalz und braten die Fleischstücke vom Wildhase scharf von allen Seiten an. Im Anschluss geben Sie das vorher gewürfelte Gemüse hinzu. Fügen Sie Lorbeerblatt, Thymian, Pfefferkörner, Zitronenscheiben, Tomatenmark, Senf, Essig, Salz und Zucker hinzu. Gießen Sie mit Brühe und Rotwein auf.
3. Lassen Sie den Wildhasen ca. 120 Minuten bei niedriger Hitze schmoren. Danach nehmen wir das Fleisch aus dem Bräter und stellen es warm. Mehl mit Wasser anrühren und die Soße binden und den Sauerrahm (saure Sahne) oder alternativ Crème fraîche hinzugeben. Während des Aufkochens gut verrühren. Jetzt die Wildhasenstücke zurück in den Bräter geben und in der Soße nur erwärmen. Nicht kochen!
4. In der Zwischenzeit bereiten Sie die Semmelknödel vor, Natürlich hausgemacht - so schmeckt's am Besten!
5. Zum Schluß auf den vorerwärmten Tellern die Wildhasenstücke mit etwas Soße und den hausgemachten Semmelknödeln und feinen Preiselbeeren anrichten und servieren.

So runden Sie Ihr Menü ab:

Servieren Sie als Vorspeise einen knackigen Feldsalat mit einer feinen, selbstzubereiteten Vinaigrette mit frischen, in Scheiben geschnittenen Champignons. Schnell und einfach in der Zubereitung - schmeckt immer.

Als Nachtisch gibt's heute Birne Helene - herrlich altmodisch, fein im Geschmack: Birne, Vanilleeis, Sahne. Verfeinert mit Schokoladensauce.

Ihr Metzgermeister & Jäger

Jochen Knapp wünscht Ihnen einen guten Appetit