

Kochen

Wildgeschnetzeltes

Ein schönes Geschnetzeltes vom Reh oder Hirsch passt eigentlich immer und es lässt sich mit sämtlichen Aromen des Herbstes variieren!

EIGENSCHAFTEN

 **GLUTENFREI**

ZEITAUFWAND

KOCH-/BACKZEIT **15 MIN**

VORBEREITUNGSZEIT **10 MIN**



ZUTATEN

 FÜR 4 PERSONEN

1 Schalotte

250 g gemischte Pilze, z.B. Champignons,

Eierschwämmchen, Austernseitling, Shiitake usw.

2–3 Wacholderbeeren

500 g Reh- oder Hirschgeschnetzeltes

4–6 Zweige Thymian

Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

1–2 Esslöffel Bratbutter

0.5 dl Cognac

1 dl Weisswein oder Noilly Prat

2 dl Wildfond

1.5 dl Rahm

NÄHRWERT

Pro Portion

30 g Eiweiss

21 g Fett

2 g Kohlenhydrate

346 g kKalorien

ZUBEREITUNG

- 1 Die Schalotte schälen und fein hacken. Die Pilze rüsten und je nach Grösse halbieren, vierteln oder in Scheiben schneiden. Den Wacholder im Mörser zerstoßen oder mit einem grossen Messer fein hacken.
- 2 Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Thymianblättchen abzupfen und über das Fleisch geben.
- 3 Die Bratpfanne leer kräftig erhitzen. Einen Teil der Bratbutter hineingeben und das Geschnetzelte in 2–3 Portionen sehr heiss nur gerade 30 Sekunden anbraten. Dann sofort auf einen Teller geben und die restlichen Fleischportionen auf die gleiche Weise anbraten.
- 4 Im Bratensatz die Pilze zusammen mit den Zwiebeln ebenfalls kräftig braten, dann zum Fleisch geben. Den Bratensatz mit dem Cognac und Weisswein auflösen und fast ganz einkochen lassen. Den Fond, den Rahm und den Wacholder beifügen und die Sauce cremig einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 5 Die Sauce nochmals kräftig aufkochen. Geschnetzeltes und Pilze dazugeben und alles nur noch ganz kurz heiss werden lassen. Das Geschnetzelte auf vorgewärmten Tellern anrichten und sofort servieren.