

Sologne

Zwischen den Flüssen des Cher und der Loire, zwei Stunden südlich von Paris, liegt die geheimnisvolle Waldlandschaft der Sologne. Der Pariser Adel ließ sich am Ufer der Loire luxuriöse Schlösser bauen, denn im Hinterland tummelte sich unzähliges Wild, das nur auf die Herrschaften zu warten schien.

Dreiviertel der Region ist mit Wald bedeckt und so traf man auf zahlreiche Fasane, Rebhühner, Hirsche, Rehe und natürlich Wildschweine. Die Jagd wurde zum wichtigsten Wirtschaftszweig der Sologne. Doch je mehr sich die französische Oberschicht für diesen Sport begeisterte, desto seltener wurden Hirsch und Fasan.



Nur wenige Jäger haben heute Zeit und Ausdauer, auf echtes Wild zu warten, das nicht in den riesigen Farmen der Region eigens für die Jagd aufgezogen wird. Edouard Bouloche aber ist geduldig. Er schießt nur Wild, das wirklich in seinem Wald vorkommt. Und um den Tieren eine faire Chance zu lassen, verzichtet er auf die Büchse und geht mit Pfeil und Bogen auf Jagd. Weil das Bogenschießen ein spannender und gefragter Sport ist, kann er sich mit der Organisation von kleinen Jagdgesellschaften ein Zubrot verdienen. Und glückt die Jagd, dann ernährt er seine Familie mit dem Wild, das er selbst erlegt.

Für die Jagdgesellschaften bereiten Edouard und seine Frau ein echtes Jagdmahl mit einem Wildschweinragout zu, ohne dabei süße Spezialitäten der Region wie etwa die Tarte Tatin zu vergessen. Für den Hausgebrauch aber kocht Edouard Kaninchen, die er lange in Wein schmoren läßt. Diese jagt er mit seinem Freund Francis, einem Falkner, Denn wenn es seine Zeit zuläßt, vergnügt sich Edouard auch mit anderen Jagdtechniken als dem Bogenschießen.

In diesem Film begleitet „Zu Tisch“ Edouard Bouloche und seine Freunde in der winterlichen Sologne bei der Jagd und in der Küche. (Text: arte)

Galette des rois à la frangipane

Dreikönigskuchen

Das Essen eines Dreikönigskuchens ist eine schöne Tradition zum Dreikönigstag und im ganzen Januar in Frankreich. Im Kuchen ist eine kleine Porzellanfigur versteckt. Wer sie in seinem Stück findet, ist König des Abends, bekommt eine Papierkrone aufgesetzt und darf eine Königin wählen.

Zutaten für 8 Portionen:

Kuchen:

400 g Blätterteig
50 g Mehl
1 Eigelb
15 ml Milch

Mandelcreme:

80 g Butter
80 g Puderzucker
80 g gemahlene Mandeln
2 Eier
10 ml dunkler Rum

Konditorcreme:

100 ml Milch
20 g Zucker
8 g Vanillezucker
1 Eigelb
10 g Speisestärke

Zubereitung:

Kuchen:

Die Arbeitsplatte mit dem Mehl bestäuben, den Blätterteig darauf ausrollen und zwei tellerrunde Stücke ausschneiden (Durchmesser 24 cm).

Eines der beiden Stücke auf Backpapier und dann auf ein Backblech legen.

Die Mandelcreme und die Konditorcreme mischen, die Mischung auf dem Teig verteilen und dabei einen 3 cm breiten Rand freilassen.

Den Teigrand mit Wasser benetzen und das zweite Stück Teig auf die Füllung legen.

Beide Ränder mit den Fingern zusammendrücken, damit die Masse nicht ausläuft.

Das Eigelb mit der Milch verrühren und den Kuchen bestreichen.

Auf den Kuchen ein beliebiges Muster zeichnen und mit einem Messer ein Loch in die Mitte stechen, damit sich der Deckel beim Backen nicht aufbläht.

Den Backofen auf 210 °C (Stufe 7) vorheizen und den Kuchen währenddessen im Kühlschrank ruhen lassen.

Den Kuchen 10 min backen, dann die Temperatur auf 180 °C (Stufe 5) senken. Den Kuchen nun noch 25 min fertigbacken.

Mandelcreme:

Die weiche Butter in einer Schüssel cremig rühren.

Nacheinander die Eier, die gemahlene Mandeln und den Puderzucker hinzufügen.

Die Mandelcreme mit dem Rum verfeinern.

Konditorcreme:

Die Milch in einen Topf geben und aufkochen.

Das Eigelb in einer Schüssel aufschlagen, den Zucker und den Vanillezucker hinzufügen und alles schaumig rühren.

Unter Rühren die Speisestärke und dann die heiße Milch hinzufügen.

Die Creme in einen Topf geben und bei kleiner Flamme unter ständigem Rühren eindicken.

Tip:

- Der Dreikönigskuchen wird warm gegessen, dazu paßt ein trockener Schaumwein, wie z.B. ein Saumur.

Zu Tisch in der Sologne

Zubereitungszeit:

75 min

4 EUR – F – Sologne

Tarte Tatin

Umgedrehter Apfelkuchen/ Französischer Apfelkuchen

Der gestürzte Apfelkuchen ist eine echte Besonderheit der französischen Küchenkunst. Der Boden des Kuchens wird über den Äpfeln gebacken, deren Saft sich mit dem Karamel aus Butter und Zucker vermischt. Erst nach dem Backen wird der Kuchen gestürzt und die Apfel-Karamel-Sauce ergießt sich über den knusprigen Teig. Ganz außergewöhnlich!

Zutaten für 8 Portionen bzw. für eine Form von ca. 26 cm Ø:

Mürbeteig:

160 g Mehl

80 g Butter

1 Eigelb

Salz

50 ml Wasser

Apfelfüllung:

8 Äpfel (z.B. Golden Delicious)

8 g Vanillezucker

Zimt

100 g Butter

100 g Zucker

Zubereitung:

Mürbeteig:

Aus der Butter, dem Mehl, einem Eigelb, Salz und dem Wasser den Mürbeteig zubereiten.

Falls der Teig zu klebrig ist, noch etwas Mehl hinzugeben, falls er zu trocken ist, etwas Wasser.

Anschließend den Teig kaltstellen.

Apfelfüllung:

Die Äpfel schälen, in Achtel schneiden und das Kerngehäuse entfernen.

Die Hälfte der Butter in einer Kuchenform aus feuerfestem Glas (Durchmesser ca. 26 cm) zerlassen.

Die Hälfte des Zuckers hinzufügen, die Hitze verringern und rühren, bis der Zucker karamelisiert.

In einer Pfanne die andere Hälfte der Butter zerlassen, die Apfelstücke hinzugeben und den übrigen Zucker über die Äpfel streuen.

Die Äpfel goldbraun werden lassen und sie dabei immer wieder mit einem Holzlöffel in die Pfanne drücken, sodaß sie stets im Karamel baden. Der Karamel darf dabei nicht schwarz werden.

Die Äpfel jetzt leicht überlappend in einer Spirale von außen nach innen in die Kuchenform legen.

Den Vanillezucker und etwas Zimt darüber streuen und die Äpfel mit dem Mürbeteig bedecken. Den Rand gut andrücken.

Die Tarte Tatin wird auf der mittleren Schiene 30 min bei 180-200 °C (Thermostat 6-7) gebacken. Sobald der Kuchen fertig ist, wird er gestürzt.

Tip:

- Genießen Sie die Tarte Tatin warm mit etwas Crème fraîche oder einer Kugel Vanille-Eis.

Zubereitungszeit:

80 Minuten

Quelle: auch Arte-Magazin 1/2014

Ragoût de sanglier mariné au vin blanc

Wildschweinragout in Weißwein

Wild einmal anders: Wildschwein lässt sich ausgezeichnet mit einer auf Weißwein basierenden Marinade zubereiten. Das Fleisch wird zart und bekommt einen fruchtigen Geschmack.

Zutaten für 8 Portionen

Marinade:

Thymian

Rosmarin

2 Lorbeerblätter

3 Karotten

2 Stangen Sellerie

2 mittelgroße Zwiebeln

3 Knoblauchzehen

50 ml Armagnac

750 ml Weißwein

100 ml Olivenöl

Ragout:

1000 g Wildschweinfleisch

50 ml Olivenöl

Salz

Pfeffer

30 g Butter

40 g Mehl

Zubereitung:

Marinade:

Die Karotten schälen, in Scheiben schneiden, den Sellerie in kleine Stücke teilen, die Zwiebeln grob hacken.

Die ungeschälten Knoblauchzehen mit dem Messerrücken zerdrücken.

Das kleingeschnittene Wildschweinfleisch mit Thymian, Rosmarin und den Lorbeerblättern in eine große Schüssel legen.

Knoblauch, Zwiebeln, Sellerie und die Karotten dazugeben.

Das Olivenöl, den Armagnac und den Weißwein darüber gießen, so daß das ganze Fleisch bedeckt ist.

Die Schüssel mit einer Plastikfolie zudecken und das Fleisch mindestens 12 h in der Marinade ziehen lassen.

Ragout:

Die Marinade durch ein grobes Sieb gießen. Die Flüssigkeit mit dem Gemüse aufheben und das Fleisch abtropfen lassen.

Die Butter in einem großen Schmortopf zergehen lassen, das Olivenöl hinzugeben und das marinierte Wildschweinfleisch von allen Seiten anbraten.

Wenn das Fleisch goldbraun ist, das Mehl darüber streuen.

Die Marinade und das Gemüse in einen Topf geben und aufkochen.

Das Fleisch hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Alles auf kleiner Flamme etwa 3 h köcheln lassen.

Tips:

- Verwenden Sie für die Marinade und auch bei Tisch einen Loire-Wein, z.B. einen Cheverny.
- Servieren Sie das Ragout mit Bandnudeln, Kartoffeln oder Polenta.

Zubereitungszeit:

210 min

Pâté de viande de Sologne

Fleischterrinen der Sologne

Die Fleischterrinen der Sologne sorgen für Abwechslung, denn hier können verschiedene Hackfleischsorten gemischt werden. Ist kein Wild zur Hand, dann tut es auch einfaches Schweinehackfleisch.

Zutaten für 10 Portionen:

500 g Kalbgehacktes
500 g Wildschweinfleisch (gehackt)
500 g Rinderhackfleisch
100 ml Olivenöl
Butter (zum Anbraten)
2 mittelgroße Zwiebeln
3 Eier
200 g Champignons
250 g Weißbrot (trocken)
250 ml Milch
100 ml trockener Weißwein
Salz
Pfeffer
Thymian
2 Lorbeerblätter

Zubereitung:

Die Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden.

Die Butter in einer Pfanne zerlassen und die Zwiebeln darin goldbraun braten.

In einer großen Schüssel die Eier verquirlen, Milch, die Hälfte des Olivenöls, den Weißwein und das Brot hinzufügen, bis es die Flüssigkeit aufgenommen hat.

Die Champignons, das Fleisch und die Zwiebeln hinzugeben.

Mit Pfeffer und Salz abschmecken und mit den Händen kräftig durchkneten.

Den Ofen auf 220 °C vorheizen.

Eine große Kastenform mit Butter einreiben und die Masse hineingeben.

Alles mit einem Suppenlöffel in die Form drücken, damit keine Luftblasen bleiben.

Die andere Hälfte des Olivenöls, den Thymian und die beiden Lorbeerblätter auf die Masse geben.

Die Terrine etwa 45 min garen lassen, dabei die Terrine in der ersten Hälfte der Garzeit mit etwas Aluminiumpapier zudecken, damit sie nicht trocken wird.

Tip:

- Diese Fleischterrine sollte kalt mit Kartoffeln oder einem Salat gegessen werden.

Zubereitungszeit:

75 min

Crépinettes de Lapin

Wildkaninchen in Weißwein geschmort

Höchster Genuß ist nicht den Großwildjägern vorbehalten: Ohne den strengen Wildgeschmack zu haben schmecken diese Wildkaninchen kräftig und sind unbeschreiblich zart auf der Zunge. Selbst, wer Wildgerichten gegenüber Vorbehalte hat, wird hingerissen sein.

Zutaten für 6 Portionen:

2 Kaninchen (vorzugsweise Wildkaninchen)

300 g geräucherter Schinken (in Scheiben)

750 ml Weißwein (z.B. Saumur)

6 Knoblauchzehen

Schweinenetz

Thymian

Bohnenkraut

60 ml Olivenöl

Salz

Pfeffer

Zubereitung:

Die Kaninchen in 12 Stücke teilen, mit Olivenöl bestreichen, salzen, pfeffern und mit Thymian und Bohnenkraut bestreuen.

Um jedes Stück eine Scheibe Schinken legen.

Dann jede Kaninchenroulade in ein Stück vom Schweinenetz wickeln, das vorher in warmem Wasser gelegen hat.

Die Kaninchenrouladen in eine Ofenform legen, die Knoblauchzehen schälen und hinzufügen und den Wein über das Fleisch geben.

Die Kaninchen 2 h lang bei 190 °C (Stufe 5-6) schmoren und gelegentlich mit etwas Wein begießen, so daß eine schöne Sauce entsteht.

Tip:

- In diesem Rezept wird Schweinenetz verwendet, ein Fettgewebe aus dem Bauch des Schweins. Es hält die Rouladen in Form, löst sich beim Schmoren auf und verwandelt sich in eine unwiderstehliche Sauce. Wenn beim Fleischer kein Schweinenetz zu bekommen ist, verwenden sie einfach Küchengarn.
- Die Kaninchen mit in Olivenöl und Knoblauch gebratenen Pfifferlingen servieren.

Zubereitungszeit:

180 min