



Folge 5: Rotes Wild und Fichtenspitzen-Tiramisu

Rezepte von Christine Huber

Alle Mengenangaben für **6 Personen**
(wenn nicht anders angegeben)

Gruß aus Küche: Sauerteigbrot mit Hirschtatar Schafgarbenbutter, Wildkräuter-Bruschetta

Zutaten Roggen-Sauerteigbrot

500 g Roggenmehl Type 1150
320 g Sauerteig
15 g Salz
½ TL Brotgewürz
350 ml Wasser

Zubereitung

Alles mit der Hand oder einer Küchenmaschine kneten und mindestens eine Stunde (gerne auch länger) ruhen lassen. Noch einmal kurz kneten, in ein Gärkorbchen legen und ca. 45 Minuten gehen lassen. Dann bei 200 °C Ober-/Unterhitze in den Backofen geben. Nach 15 Minuten auf 180 °C reduzieren und insgesamt eine Stunde backen.

Zutaten Schafgarbenbutter

100 ml Schafgarbenblüten
125 g Butter, weich
1 TL Senf, scharf
50 g Mandeln, Sonnenblumenkerne
Salz & Pfeffer

Zubereitung

Schafgarbenblüten fein hacken. Weiche Butter und Senf vermischen. Die Mandeln in einer trockenen Pfanne rösten. Die Blüten und gehackten Mandeln unter die Butter rühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Blüten und Blättern verzieren.

Zutaten Tatar vom Hirsch/Reh für 8 Personen

800 g Hirschfleisch aus der Keule oder Rücken
1 Schalotte, gehackt
1 Msp. Paprikapulver, edelsüß
35 Kapern, kleingeschnitten
10 Sardellenfilets, fein geschnitten
1 Essiggurke, in Würfeln geschnitten
3 EL Olivenöl
2-3 EL Essiggurkenwasser oder Kapernwasser
2 EL Ketchup
2 EL Tabasco
1-2 EL Senf, scharf
1-2 EL Petersilie, gehackt
Salz & Pfeffer

Zubereitung

Das Fleisch gut kühlen und dann sehr klein schneiden. Alle anderen Zutaten vermischen und mit dem Fleisch vermengen.

Tipp: Wer möchte, kann noch ein rohes Eigelb auf das Tatar legen.



Zutaten Wildkräuter-Bruschetta

10 Zweige Giersch, Brennnessel, Gundermann, Löwenzahn
6-8 Scheiben Brot, Baguette, Toast
4 Tomaten
1-2 Knoblauchzehen
2 Schalotten
8 EL Olivenöl
Salz nach Geschmack

Zubereitung

Wildkräuter waschen und trocken tupfen. Die Blätter von den Stängel zupfen. Blätter und Blüten klein hacken. Tomaten und Schalotten fein würfeln, salzen und in Olivenöl marinieren. Die Wildkräuter dazugeben. Knoblauchzehe schälen. Brotscheiben tosten, mit Knoblauch einreiben und mit etwas Olivenöl beträufeln. Die Wildkräutertomaten auf dem Brot verteilen.

Hauptspeise: „Wilde Pflanzler“ aus Hirschhackfleisch, Kartoffelsalat mit Löwenzahn und Pesto

Zutaten „Pflanzler“ (Frikadelle) für 6-8 Personen

1 kg Hirschhackfleisch
2 TL Salz
2 Zwiebeln, fein geschnitten
2 Eier
40 g Butter
15 g Bärlauch
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
1 TL Pfeffer
1 Prise Muskatnuss

Zubereitung

Hackfleisch mit Salz bestreuen und mit angefeuchteter Hand gut durchkneten. Zwiebel und Bärlauch in der heißen Butter andünsten, abkühlen und zum Fleisch geben.
Alle übrigen Zutaten daruntermischen und zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.
Ungefähr 130 g Fleisch zu einer Frikadelle (Pflanzler) formen und von jeder Seite fünf Minuten in der Pfanne anbraten.

Zutaten Kartoffelsalat für 6-8 Personen

1,5 kg kleine Kartoffeln, festkochend
300 g TK-Erbesen
2 TL Weißweinessig
2 Handvoll Löwenzahnblätter, in feine Streifen geschnitten
Salz & schwarzer Pfeffer

Zutaten Basilikum-Petersilien-Pesto

300 ml Olivenöl
120 g Pinienkerne oder Sonnenblumenkerne
120 g Parmesan
40 g Basilikum
40 g Petersilie, plus etwas gehackter Petersilie zum Garnieren
4 Knoblauchzehen

Zubereitung

Die Erbsen 30 Sekunden in kochendem Wasser blanchieren, in ein Sieb abgießen und abschrecken.
Die ungeschälten Kartoffeln etwa 20 Minuten kochen. Währenddessen das Basilikum mit Petersilie, den Pinienkernen, dem Parmesan und dem Knoblauch im Mixer fein zerkleinern. Das Olivenöl zugießen und untermixen, so dass ein flüssiges Pesto entsteht.



Die Kartoffeln abgießen, halbieren und in eine Schüssel geben. Mit Pesto, Essig, den fein geschnittenen Löwenzahnblättern und den Erbsen mischen. In noch heißem Zustand nehmen sie mehr Geschmack an. Gründlich vermischen. Dabei ruhig auch die Kartoffeln leicht zerdrücken, damit sich die Aromen gut verbinden. Bei Bedarf mit Salz und Pfeffer abschmecken. Optional mit Petersilie garnieren.

Zutaten Zwiebelmarmelade

1 kg rote Zwiebeln
150 g Rotwein
100 g Balsamicoessig, dunkel
40 g Öl zum Anbraten
40 g Zucker, braun
Salz & Pfeffer

Zubereitung

Zwiebeln längs halbieren, in Streifen schneiden und in heißem Öl anbraten. Mit braunem Zucker karamellisieren und mit Balsamico ablöschen. Nach kurzer Zeit mit Rotwein ablöschen und bei niedriger Hitze so lange reduzieren, bis sich eine Art Marmelade bildet. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten Schütteljohannisbeeren - Rezept für ca. 4-5 Gläser mit 200 ml Füllmenge

750 g Johannisbeeren, rote
300 g Zucker

Zubereitung

Die Johannisbeeren von den Rispen lösen. Die Beeren mit dem Zucker in einen großen Topf geben und eine halbe Stunde stehen lassen. Dann das Ganze erwärmen, zum Köcheln bringen und ca. 15 Minuten weiter köcheln lassen. Den Topf immer mal wieder schwenken/schütteln. Nicht umrühren, damit die Beeren nicht zerplatzen. Danach die Masse heiß in Einweckgläser füllen und schnell verschließen. Nach einiger Zeit sollten die Beeren gelieren.

Tipp:

Die Beeren passen sehr gut zu Schnitzel und Wildgerichten.

Die Beeren lassen sich auch gut mit Mayonnaise vermischen und als Dipp auf den Teller geben.

Dessert: Fichtenspitzen-Tiramisu mit Holunderbeereneis und „Wiesen-After Eight“

Zutaten Holunderbeereneis

500 ml Holunderbeerensaft/Sirup
500 ml Sahne
4 Eigelb
Etwas Limettensaft
Zucker nach Bedarf

Zubereitung

Eigelb im Wasserbad schaumig schlagen. Die Sahne fast zum Kochen bringen und dann langsam zur Eismasse geben. Ständig rühren. Zum Schluss den Holunderbeerensaft dazugeben und mit Limettensaft abschmecken.

Masse abkühlen lassen und in die Eismaschine geben.

Eis nach Gebrauchsanweisung herstellen.



Zutaten Fichtenlikör

700 ml Rum
150 g Fichtenspitzen (im Mai sammeln)
150 g Rohrzucker

Zubereitung

Die Fichtenspitzen in ein großes, weites Deckelglas geben. Den Zucker darüber streuen und den Rum eingießen. Alles gut verrühren und mit dem Deckel verschließen. Sechs Monate reifen lassen. In dieser Zeit wöchentlich einmal umrühren. In den letzten 14 Tagen nach Geschmack und Belieben eventuell noch Zucker zugeben. Den Likör abseihen, in eine Flasche füllen und genießen.

Zutaten Fichtenhonig

1 L Wasser
500 g Fichtenspitzen (im Mai sammeln)
2 kg Zucker

Zubereitung

Junge Fichtentriebspitzen sammeln, in einen Topf geben und ca. ein Liter Wasser zugießen, so dass in dem Topf die Fichtennadeln knapp bedeckt sind. Solange kochen, dass sich das Kochwasser leicht milchigweiß färbt. Das dauert ca. ½ - 1 Stunde. Durch ein Moltontuch abseihen.

Das Kochwasser in einen sehr großen Topf schütten. Nun den Zucker dazugeben und ca. 3-5 Stunden kochen lassen. Immer wieder eine Geliertestprobe machen, damit man sieht, wie fest der Honig wird. Etwas abkühlen lassen und in Gläser abfüllen.

Zutaten Fichtenspitzengelee

500 g Fichtentriebe (im Mai sammeln)
500 g Wasser
250 g Gelierzucker 2:1
1 Zitrone

Zubereitung

Die Zitrone schälen und die Schale mit den Fichtenspitzen im Wasser fünf Minuten sprudelnd kochen. Erkalten lassen und sechs Stunden ziehen lassen. Dann abseihen und die Flüssigkeit mit dem Gelierzucker vermengen. Zitrone auspressen und Saft dazugeben. 24 Stunden ruhen lassen, dann aufkochen und acht Minuten sprudelnd kochen lassen. Kochendheiß in kleine Schraubgläser füllen.

Zutaten Wiesen-After Eight

Pro Person ein Gundermannblatt
Etwas Blockschokolade zum Schokolieren

Zubereitung

Gundermannblätter sammeln, waschen und trocken tupfen. Blockschokolade im Wasserbad schmelzen und das Blatt damit bestreichen. Auf einen Teller mit Backpapier legen und bis zum Servieren in den Gefrierschrank stellen.

Zutaten Fichtenspitzen-Tiramisu

Dafür einen Blech-Biskuitkuchen nach eigener Wahl backen.
Ca. 300 g Joghurt, mind. 3,8 % Fett

Zubereitung

Joghurt mit Fichtenspitzenhonig nach eigenem Geschmack süßen. Biskuit mit einem Servierring ausstechen und kurz in Fichtenlikör tauchen. Jetzt abwechselnd Biskuit, dann das Fichtenspitzengelee und darauf den Joghurt streichen. Mit dem Joghurt als oberste Schicht enden. Am besten gelingt das Schichten in einem Servierring. Das Tiramisu im Kühlschrank bis zum Servieren kühlen. Kurz vorm Verzehr mit einem Wiesen-After Eight dekorieren.

Guten Appetit!