



Hirschgulasch mit Pilzen und Kaminwurz-Knödeln

Zutaten für vier Personen:

720 g Hirschgulasch (Keule)
je 8 Wacholderbeeren und Pfefferkörner (gestoßen)
160 g Zwiebelwürfel
1 ½ EL Tomatenmark
1 EL Öl
1 ½ EL Mehl
180 ml Johannisbeersaft
450 ml Fleischbrühe
3 Lorbeerblätter
1 TL gemahlener Kardamom
1 ½ TL brauner Zucker
½ geschälten Apfel
160 g Steinpilze
1 EL Öl

3 altbackene Brötchen
80 g angeschwitzte Zwiebelwürfel
80 g Kaminwurz-Würfel
1 ½ EL gehackte Petersilie
2 Eier
160 ml Milch
Salz, Pfeffer

Beilage:

4 EL Preiselbeeren
250 g Rotkohl (Glas)

Zubereitung (circa 50 Minuten)

Fleisch in daumengroße Stücke schneiden, mit gestoßenen Wacholderbeeren und Pfefferkörnern gut vermengen und mit Öl beträufeln. Altbackene Brötchen würfeln, mit angeschwitzten Zwiebelwürfeln, Kaminwurzwürfeln, gehackter Petersilie und Eiern gut vermengen. Erhitzte Milch zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Nochmals durcharbeiten und etwa 10 Minuten quellen lassen.

Von der Masse Knödel formen, in leichtes sprudelndes Salzwasser einlegen und ziehen lassen, bis sie obenauf schwimmen. Steinpilze säubern, in Blättchen schneiden und in heißem Öl kurz scharf anbraten. Mit wenig Salz und Pfeffer würzen, warm stellen.

Fleisch in heißem Topf mit Zwiebeln rundum anbraten, braunen Zucker zufügen, leicht karamellisieren lassen. Tomatenmark einrühren, mit Mehl bestäuben und mit Johannisbeersaft angießen. Dann Lorbeerblätter und gemahlene Kardamom zufügen und mit Fleischbrühe auffüllen. Circa 45 Minuten schmoren lassen und nachwürzen.

Rotkohl mit geschälten Apfelstücken und etwas Preiselbeeren erhitzen. Das Ganze auf einem flachen Teller anhäufeln, Kaminwurzknödel daneben ansetzen, Hirschgulasch mit anrichten, ansautierte Steinpilze darauf verteilen.
Preiselbeeren in ein Schälchen füllen und dazu stellen.

Nährwert pro Portion:

599 kcal - 24 g Fett - 54 g Eiweiß - 48 g Kohlenhydrate - 4 BE

Dieses Gericht ist gluten- und lactosefrei.