



Wildschweingulasch mit Pilzen und Haselnussspätzle

Zutaten (für vier Personen)

700 g Wildschweingulasch
8 Pfefferkörner
8 Wacholderbeeren
3 Lorbeerblätter
1 EL Olivenöl
80 g Zwiebelwürfel
2 EL Tomatenmark
2 EL Mehl
180 ml roter Traubensaft
400 ml Wildfond
200 g Egerlinge
2 EL Preiselbeeren oder Cranberries

Für die Spätzle:

3 EL gemahlene Haselnüsse
150 g Mehl
2 Eier
100 ml Wasser

2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Zubereitung (circa 50 Minuten)

In Würfel geschnittenes Wildschweingulasch mit zerdrückten Pfefferkörnern, Wacholderbeeren und Lorbeerblättern gut vermischen, mit Öl beträufeln, circa einen Tag vorher abgedeckt im Kühlschrank einziehen lassen.

Danach in heißem Olivenöl mit feinen Zwiebelwürfeln anbraten, Tomatenmark mit einrühren, Mehl hinzufügen, gut unterziehen, mit Traubensaft ablöschen, mit Wildfond auffüllen, aufkochen, köcheln lassen, circa 45 Minuten garen lassen. Egerlinge säubern, in Scheiben schneiden, in heißem Olivenöl kurz anbraten, zum Gulasch geben und mit unterheben.

Für die Spätzle gemahlene Haselnüsse, Mehl, Eier und Wasser gut verrühren, verschlagen bis der Teig Blasen wirft. Mit einem Spätzlehobel in leicht sprudelndes Salzwasser eintropfen lassen, herausnehmen und gut abtropfen lassen. In heißem Olivenöl anschwanken, mit Salz und Pfeffer würzen, auf flachem Teller anrichten. Gulasch mit anrichten, Preiselbeeren oder Cranberries als Beigabe dazu servieren.

Nährwert pro Person

764 kcal – 38 g Fett – 52 g Eiweiß – 57 g Kohlenhydrate – 5 BE

Dieses Gericht ist lactosefrei.