

Rezept

Herbstlicher Blattsalat mit Wildhasenrücken

Ein Rezept von Herbstlicher Blattsalat mit Wildhasenrücken, am 28.06.2026

Zutaten

100 g gemischter Blattsalat (z. B. Vogerl-, Spinat-, Rote-Rüben-, Eichblattsalat)	2 saftige Bio-Orangen
4 Wildhasenrückenfilets (à ca. 150 g)	20 dünne Scheiben Speck
Pfeffer	Salz
je 2 Zweige Thymian und Rosmarin	20 g Butterschmalz
1 Knoblauchzehe	5 Wacholderbeeren
1 EL Orangenmarmelade	2-3 TL Brombeer- oder Himbeeressig
3 EL Olivenöl	1-2 EL Walnussöl
	200 g reife Brombeeren

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Die Orangen waschen und abtrocknen. Orangenschale dünn abschälen und in feine Streifen schneiden. Früchte halbieren und auspressen.
2. Den Backofen auf 160 °C vorheizen. Je 5 Speckscheiben nebeneinander auslegen. Die Hasenfilets mit Salz und Pfeffer würzen, auf die Speckscheiben legen und darin einwickeln. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen. Die Hasenrücken zusammen mit den Kräutern, der zerdrückten Knoblauchzehe und den zerdrückten Wacholderbeeren darin rundherum anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen, auf ein Backblech legen und im Backofen in ca. 10-12 Minuten fertig garen. Herausnehmen und abgedeckt 5 Minuten ruhen lassen.
3. Den Bratensatz mit Orangensaft ablöschen. Die Orangenschalenstreifen zufügen und die Sauce um die Hälfte einkochen lassen. Kräuterzweige, zerdrückte Knoblauchzehe und Wacholderbeeren entfernen. Die Sauce in eine Schüssel gießen und mit Essig und Orangenmarmelade verquirlen. Nach und nach die beiden Ölsorten unterrühren. Vinaigrette mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Blattsalate und Brombeeren zur Vinaigrette in die Schüssel geben und locker miteinander mischen. Hasenrücken in schräge Scheiben schneiden. Salat auf Teller verteilen. Die Fleischscheiben darauflegen, mit der restlichen Vinaigrette beträufeln und servieren.