

Rezept

Lauch-Orangen-Gemüse mit Hirschkpflazerln

Ein Rezept von Lauch-Orangen-Gemüse mit Hirschkpflazerln, am 29.06.2026

Zutaten

2	altbackene Brötchen	400 g	Hirschragout
1	Zwiebel	1	Knoblauchzehe
1 Stück	Ingwer (ca. 1 cm)	4	Wacholderbeeren
2	Eier (Größe M)		Salz
	schwarzer Pfeffer	1 EL	Butter
1 EL	Öl	800 g	Lauch
	Salz	2	Orangen
2 EL	Haselnusskerne	1/2	Bio-Zitrone
2	Knoblauchzehen	2 EL	Butter
1/2 TL	frische Thymianblättchen	2 EL	Orangenlikör (nach Belieben)
	schwarzer Pfeffer		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 460 kcal

Zubereitung

1. Für die Pflazerl die Brötchen in lauwarmem Wasser einweichen. Das Hirschfleisch waschen und trocken tupfen. Zuerst in kleine Würfel schneiden, dann mit einem großen, schweren Messer sehr fein hacken. Die Zwiebel, den Knoblauch und den Ingwer schälen und mit den Wacholderbeeren fein hacken.
2. Die Brötchen ausdrücken und fein zerpfücken. Mit der Zwiebelmischung, dem Fleisch und den Eiern in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen und kräftig durchkneten, bis die Masse gut bindet. Zu acht Pflazerln formen.
3. Für das Gemüse vom Lauch die Wurzel und die welken Teile abschneiden, die Stangen der Länge nach aufschneiden und gründlich waschen, in gut 1 cm breite Streifen schneiden. Wasser zum Kochen bringen und salzen, Lauch darin ca. 2 Min. sprudelnd kochen lassen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.
4. Von den Orangen die Schale so abschneiden, dass auch die weiße Haut entfernt wird. Das Fruchtfleisch zwischen den Trennhäuten herausschneiden und würfeln. Die Haselnusskerne in einer Pfanne rösten, bis die Haut beginnt sich zu lösen. In ein Küchentuch geben und gegeneinander reiben, damit sich die Häute weitestgehend lösen. Die Haselnüsse fein hacken. Die Zitronenhälfte heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Den Knoblauch schälen und fein hacken, mit der Zitronenschale und den Haselnüssen mischen.
5. Für die Pflazerl Butter und Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Pflazerl darin bei mittlerer Hitze ca. 6 Min. braten, wenden und noch einmal ca. 6 Min. braten.

6. Für das Gemüse die Butter erhitzen, Thymian und Lauch darin andünsten. Mit dem Orangenlikör ablöschen, salzen, pfeffern und zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 5 Min. dünsten. Orangen dazugeben, Lauch mit 1 TL Zitronensaft würzen und eventuell leicht salzen und pfeffern. Mit den Haselnüssen bestreuen. Das Gemüse mit den Pflanzern servieren.