

Rezept

Rehragout

Ein Rezept von Rehragout, am 25.04.2024

Zutaten

400 g Zwiebeln	1 Möhre
1 Stück Knollensellerie (ca. 100 g)	1 Stück Lauch (ca. 200 g)
4 Knoblauchzehen	1 EL Pfefferkörner
1 TL Wacholderbeeren	1,2 kg Rehfleisch (z. B. aus der Schulter)
1 Lorbeerblatt	1/4 l Rotweinessig
3 EL Sonnenblumenöl	Salz
1 EL Tomatenmark	3-4 EL Johannisbeergelee
50 g Saucenlebkuchen (auch fein: Pumpernickel)	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 545 kcal

Zubereitung

1. Zutaten abwiegen und bereitstellen.

2. Zwiebeln, Möhre und Sellerie schälen und 1 cm groß würfeln. Den Lauch längs halbieren, gründlich waschen und in 2 cm breite Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen, Pfefferkörner und Wacholderbeeren in einem Mörser anquetschen.

3. Das Rehfleisch 3-4 cm groß würfeln. Mit den vorbereiteten Zutaten, Lorbeerblatt, Rotweinessig und $\frac{3}{4}$ l Wasser in eine Schüssel geben. Gut abdecken und 3-5 Tage im Kühlschrank marinieren.

4. Dann das Rehfleisch samt Gemüse und Marinade in ein großes Sieb gießen und gut abtropfen lassen, dabei die Marinade auffangen. Das Fleisch mit Küchenpapier trockentupfen. Marinade aufkochen, den aufsteigenden Schaum abschöpfen.

5. In einem großen, flachen Schmortopf die Hälfte des Öls erhitzen. Darin die Hälfte des Fleisches bei starker Hitze anbraten. Falls das Fleisch dabei zu kochen beginnt, da zu viel Flüssigkeit ausgetreten ist: Nicht umrühren, bis die Flüssigkeit verdunstet ist und sich wieder Röststoffe bilden. Angebratenes Fleisch aus dem Topf nehmen. Das übrige Fleisch im restlichen Öl anbraten.

6. Das ganze Fleisch in den Topf geben, das Gemüse aus der Marinade untermengen und alles noch 3 Min. braten.

7. Jetzt erst salzen, das Tomatenmark dazugeben und 1 Min. anbraten. Mit etwas Marinade ablöschen, einkochen lassen. Diesen Vorgang einige Male wiederholen, dann das Gelee und restliche Marinade dazugeben. Das Ragout bei geringer Hitze ca. 40 Min. ganz sanft schmoren lassen. Kurz vor Garzeitende die Lebkuchen in die Sauce reiben.
-
8. Das weich geschmorte Fleisch mit einer Gabel aus dem Ragout herausfischen. Die Sauce durch ein Sieb gießen, dabei das Gemüse fest ausdrücken. Rehfleisch zurück in die Sauce geben, das Ragout abschmecken und auf Teller verteilen. Mit Spätzle oder Semmelknödeln servieren.