Rezept

Wild-Schmortopf mit Kohlrabi und Möhre

Ein Rezept von Wild-Schmortopf mit Kohlrabi und Möhre, am 13.06.2025

Zutaten

2	Streifen Schale von 1 Bio-Orange
200 g	Schalotten
20 g	Olivenöl (2 EL)
600 g	Wildgulasch
10 g	Fleischbrühe (Instant)
	Pfeffer
1 Zweig	Rosmarin
1	große Möhre (ca. 100 g)
1 Bund	Petersilie
5 g	getrocknete Steinpilze
2	Knoblauchzehen
30 g	Tomatenmark
150 g	Weißwein (ersatzweise Brühe)
	Salz
2	Lorbeerblätter
1	Kohlrabi (ca. 300 g)
200 g	kleine Kräuterseitlinge

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 330 kcal, 15 g F, 35 g EW, 7 g KH

Zubereitung

1. Die Orangenschale und die getrockneten Steinpilze im Mixtopf 10 Sek. / Stufe 9 zerkleinern. Schalotten und Knoblauch schälen, halbieren und dazugeben. Im Mixtopf 4 Sek. / Stufe 5 hacken. Mit dem Spatel am Topfrand nach unten schieben. Öl und Tomatenmark dazugeben und alles 3 Min. / 100° / Stufe 1 dünsten.

2. Das Wildfleisch mit Weißwein, Instant-Brühe und 400 g Wasser in den Mixtopf füllen. Mit ½ TL Salz und ¼ TL Pfeffer würzen. Lorbeerblätter und Rosmarinzweig waschen und dazugeben. Alles 60 Min. / 100° / Linkslauf / Sanftrührstufe garen.

3. Inzwischen Kohlrabi putzen, schälen und in ca. 1,5 cm breite Spalten schneiden. Die Möhre schälen und schräg in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Nach 60 Min. Garzeit in den Mixtopf zum Fleisch geben und weitere 30 Min. / 100° / Linkslauf / Sanftrührstufe garen. Inzwischen die Pilze putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Pilze nach 15 Min. dazugeben und die restliche Zeit mitgaren. Dann Rosmarin und Lorbeerblätter entfernen.

4. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen und grob hacken. Den fertigen Wild-Schmortopf mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie bestreut servieren.