Rezept

# Wilddöner

Ein Rezept von Wilddöner, am 12.06.2025

## Zutaten

### Für das Fleisch

- **600 g** Damwildnacken
- Pfeffer
- **1 ½ TL** Knoblauchgranulat
- **50 ml** Öl
- Salz
- edelsüßes Paprikapulver
- **3 TL** getrockneter Oregano

### Für die Beilagen

- **2** Tomaten
- Salz
- **300 g** Weißkohl
- weißer Pfeffer
- **3 EL** Mayonnaise
- **1 Stück** Gurke (30 g)
- Pfeffer
- **300 g** Rotkohl
- **3 EL** Weißweinessig
- **5 Blätter** Eisbergsalat

### Für die Sauce

- **150 g** griechischer Joghurt
- **1** Knoblauchzehe
- Pfeffer
- **40 g** Quark
- Salz
- **2 TL** Zitronensaft

### Außerdem

- **4** Rouladennadeln
- **1** Fladenbrot

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 795 kcal, 33 g F, 49 g EW, 78 g KH

## Zubereitung

1. Fleisch: Das Fleisch trocken tupfen, von Sehnen, Häuten und Fett befreien und quer zur Faser in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Mit Frischhaltefolie belegen und flach klopfen. Auf beiden Seiten mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Knoblauchgranulat und Oregano würzen und beiseitestellen.

2. Beilagen: Tomaten und Gurke waschen. Die Tomaten ohne Stielansätze würfeln, die Gurke ebenfalls würfeln. In eine Schüssel geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Weißkohl und Rotkohl putzen, waschen und auf der Gemüsereibe in Streifen raspeln. In einer Schüssel mischen und mit reichlich Salz, etwas Pfeffer und dem Essig würzen. Die Mayonnaise unterheben und den Kohl ziehen lassen. Die Salatblätter waschen, trocken tupfen, in Streifen schneiden und in eine Schüssel geben.

3. Den Backofen auf 200° Grillfunktion vorheizen. Die Hälfte des Öls in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin portionsweise pro Seite ca. 1 Min. scharf anbraten. Falls nötig, die Pfanne zwischendurch mit Küchenpapier säubern, das übrige Öl (25 ml) darin erhitzen und das übrige Fleisch ebenso braten. Das Fleisch dann in einer ofenfesten Form wie bei einem Dönerspieß aufeinanderlegen und mit den Rouladen-Nadeln in der Mitte fixieren. Im Ofen (Mitte) 10-12 Min. knusprig grillen.

4. Sauce: Inzwischen Joghurt und Quark vermengen. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen und alles gut verrühren.

5. Den Saft von der Tomatenmischung abgießen, die Mischung mit der Sauce, dem Salat und dem Kohl auf den Tisch stellen.

6. Den Ofen ausschalten und das Fleisch herausnehmen. Das Brot hineinlegen und bei offener Ofentür warm halten. Das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und im Ofen warm halten, bis alles geschnitten ist. Das Fleisch auf den Tisch stellen. Das Brot vierteln, die Stücke bis zum Rand aufschneiden, mit Sauce bestreichen und nach Lust und Laune befüllen.