

Rezept

Wildfilet

Ein Rezept von Wildfilet, am 23.04.2024

Zutaten

| | |
|---|----------------------------------|
| ca. 1 kg Reh- oder Wildschweinfilet | 2 EL schwarzer Dijon-Senf |
| Salz | Pfeffer |
| 4-5 EL Rapsöl | 1 Zweige Thymian |
| 500 g Pflaumen | 1 EL Honig |
| Worcestersauce | ca. 1 kg Wildknochen |
| 1 Bund Suppengrün (Möhre, Sellerie, Lauch) | 1 Zwiebel |
| 3 EL Tomatenmark | Salz |
| Pfeffer | 1 EL Thymian |
| 250 ml Rotwein | 1-2 Lorbeerblätter |
| 1-2 EL Wacholderbeeren | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 - 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** schwer | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min
Pro Portion Ca. 370 kcal

Zubereitung

1. Filet von Sehnen befreien, waschen und trocken tupfen. Senf mit Salz, Pfeffer und Öl verrühren und das Fleisch damit einpinseln.
2. Für den Fond die Knochen grob zerteilen. Suppengrün waschen, putzen, schälen und in grobe Würfel schneiden. Zwiebel schälen und ebenfalls grob würfeln. Gemüse und Zwiebel mit Tomatenmark, Salz und Pfeffer mischen. Die Mischung und die Knochen auf einem tiefen Backblech verteilen. Im Backofen (Mitte) bei 220° (Umluft, ohne Vorheizen) in ca. 30 Min. braun werden lassen, dabei zwischendurch einmal wenden.
3. Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von 1 Zweig abstreifen und beiseitelegen. Das Blech herausnehmen und den Wein zugießen. Alles in einen Schnellkochtopf geben, dann 500 ml Wasser, 1 Zweig Thymian, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren zugeben und auf Stufe 2 ca. 30 Min. kochen.
4. Pflaumen waschen, halbieren und entsteinen. Fleisch auf ein tiefes Backblech legen, Pflaumen und Thymianblättchen rundherum verteilen. Unter dem heißen Backofengrill 10-12 Min. grillen, dabei einmal wenden. Das Fleisch herausnehmen, in einer Schüssel abgedeckt warm halten. Pflaumen mit Honig, Salz, Pfeffer und Worcestersauce würzen.
5. Den Fond durch ein Sieb gießen. Knochen entnehmen und das Gemüse durch ein Haarsieb streichen, mit Gewürzen und Worcestersauce abschmecken. Den entstandenen Fleischsaft zum Fond geben. Das Fleisch dünn aufschneiden, mit Sauce und Pflaumen servieren. Dazu passen Spätzle.