



HIRSCHBRATEN MIT SMASHED POTATOES UND GRÜNKOHLSATLAT

🕒 Vorbereitungszeit ca. 60 Min.

🕒 Gesamtzeit ca. 180 Min.

Zutaten

4 Portionen

Hirschbraten

- Hirschbraten (ca. 1,3 kg)
- 2 EL Thymian
- 1 TL Rosmarin
- 10 Wacholderbeeren
- 6 Pimentkörner
- 2 Nelken
- 4 Lorbeerblätter
- 1 TL Pfefferkörner
- 400 ml Rotwein
- 100 g Sellerie
- 335 g Zwiebeln
- 100 g Möhren
- 1 TL bioladen*Tomatenmark
- 1 Glas bioladen*Wildfond
- ½ Knolle Knoblauch
- Etwas bioladen*Bratöl
- Salz und Pfeffer

Soße

- 3 EL Preiselbeeren
- Etwas bioladen*Sahne oder Butter
- Ggf. Soßenbinder

Smashed Potatoes

- 3–4 Kartoffeln p. P.
- Etwas bioladen*Olivenöl
- 2 Lorbeerblätter
- Kräutersalz

Grünkohlsalat

- 400 g Grünkohl
- 50 ml Lemon Balsamico
- 50 ml bioladen*Rapsöl
- 150 g Möhrenstifte
- 150 g Rote Bete, gegart
- 1 Granatapfel

Dressing

- 40 ml Essig
- 40 ml bioladen*Öl
- 40 ml bioladen*Ahornsirup
- 3 Schalotten
- ½ Knolle Knoblauch

Zubereitung

Hirschbraten

Den Braten von allen Seiten in etwas Öl scharf anbraten. Dann den Braten kurz bei Seite stellen. Das Gemüse waschen, Zwiebeln, Möhren und Knoblauch schälen. Gemüse grob zerkleinern und dann anrösten, Hitze reduzieren und Tomatenmark zum mitrösten hinzugeben.

Alles mit der Hälfte des Weins ablöschen und etwas einkochen lassen, dann die andere Hälfte des Weins und den Wildfond hinzugeben.

Den Braten und die Gewürze dazugeben, ggf. mit etwas Wasser auffüllen und alles mit Deckel für ca. 2,5 Stunden im Ofen bei 150 Grad Ober- und Unterhitze schmoren. Den Braten gelegentlich wenden.

Soße: Den Bratensud durch ein Sieb gießen und das Restgemüse leicht ausdrücken. Die Soße mit ca. 3 EL Preiselbeeren und einem Schuss Sahne oder etwas Butter vermengen. Bei Bedarf leicht abbinden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Smashed Potatoes

Kartoffeln waschen und dann in Salzwasser mit 2 Lorbeerblättern kochen, dann abgießen. Ofenblech einölen. Kartoffel auf dem Blech verteilen und mit einem Glasboden zerquetschen. Nun alles mit Öl bepinseln und mit etwas Kräutersalz würzen. Kartoffeln für 20 Minuten bei 190 Grad Ober- und Unterhitze knusprig braun backen.

Grünkohlsalat

Grünkohl und Möhre waschen. Grünkohl mit Balsamico und Rapsöl marinieren und für 3–4 Minuten kräftig durchkneten. Möhren und Rote Bete in dünne Stifte schneiden. Alles vermengen.

Dressing: Die halbierte Knoblauchknolle salzen, mit Öl beträufeln und bei 150 Grad ca. 25 Minuten im Ofen backen. Anschließend ausquetschen und den weichen Knoblauch mit Essig, Öl, Ahornsirup und 3 fein gewürfelte Schalotten vermengen. Die Haut vom Knoblauch entsorgen. Dressing mit dem Salat vermengen und servieren.

