



Hirschbraten aus der Keule an Preiselbeersauce mit Spätzle und Rotkohl



Zeit gesamt
2h 30min

Zubereitungszeit
1h 30min

Schwierigkeit
Mittel

Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, rot	4 St.
Suppengemüse	1 Bund
Öl	6 EL
Hirschkeule	800 g
Salz	
Tomatenmark	2 EL
Rotwein, trocken	500 ml
Rinderbrühe	500 ml
Lorbeerblätter, getrocknet	2 St.
Wacholderbeeren	3 St.
Rotkohl aus dem Glas	800 g
Butter	2 EL
Spätzle, frisch	1 kg
Apfelmus	200 g
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Speisestärke	1.5 EL
Essig	1 EL
Wildpreiselbeeren	50 g

Zubereitung



Küchenutensilien

Teller, kleiner Topf, mittlerer Topf, große Pfanne, Bräter, Sieb

1. Backofen auf 140 °C (Umluft) vorheizen. Zwiebeln und Suppengemüse waschen, ggf. schälen und grob würfeln. In einem ofenfesten Bräter 3 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen, Hirschkeule kräftig salzen und rundherum ca. 5 Min. scharf anbraten. Fleisch anschließend herausnehmen und auf einem Teller beiseitelegen.
2. Zwiebeln und Suppengemüse im Bratfett ca. 4 Min. anrösten. Dann Tomatenmark zufügen und kurz mit anrösten. Mit Rotwein ablöschen, Rinderbrühe angießen und Lorbeer und Wacholderbeeren zufügen.
3. Den Sud aufkochen, den Hirschbraten mit entstandenem Fleischsaft zufügen und im zugedeckten Bräter ca. 1,5 Std. im Ofen schmoren.
4. Etwa 20 Min. vor Ende der Garzeit des Bratens den Rotkohl in einem mittleren Topf erwärmen.
5. In einer großen Pfanne 3 EL Öl und 1 EL Butter auf mittlerer Stufe erhitzen und die Spätzle unter gelegentlichem Schwenken farblos anbraten.
6. Rotkohl mit Apfelmus und 1 EL Butter verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

7. Hirschbraten herausnehmen und auf einem Teller kurz ruhen lassen. Sauce durch ein Sieb in einen kleinen Topf gießen, Gemüse im Sieb gut ausdrücken. Sauce aufkochen. Speisestärke in wenig kaltem Wasser anrühren, Sauce damit andicken, mit Essig und Preiselbeeren verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

8. Den Hirschbraten aufschneiden und mit Rotkohl, Spätzle und der Preiselbeersauce servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	1109 kcal
Kohlenhydrate	126 g
Eiweiß	55 g
Ballaststoffe	10 g
Fette	33 g