

Rehkeule mit Nüssen und Trauben

Zeit gesamt
1h 20min



Zubereitungszeit
15min



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Rehkeule, ohne Knochen	1.4 kg
Lauch	2 St.
Zwiebeln, rot	1 St.
Öl	4 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Rosmarin, frisch	5 g
Thymian, frisch	5 g
Gemüsebrühe	100 ml
Weißwein, trocken	100 ml
Walnusskerne	100 g
Weintrauben, dunkel	300 g

Zubereitung



Küchenutensilien

große Pfanne, große Auflaufform, Alufolie

1. Rehkeule über Nacht im Kühlschrank auftauen lassen. Ofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Lauch längs halbieren, Wurzelenden entfernen, in Streifen schneiden und waschen. Zwiebel halbieren, schälen und grob würfeln. In einer Auflaufform Lauch und Zwiebeln mit 3 EL Öl, Salz und Pfeffer vermengen.
2. Rosmarin und Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen abstreifen und fein hacken. Rehkeule waschen, trocken tupfen und von außen kräftig mit Salz, Pfeffer, Rosmarin und Thymian einreiben. In einer Pfanne 1 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und die Rehkeule gleichmäßig von allen Seiten ca. 1 Min. anbraten. Anschließend Braten in die Auflaufform auf das Gemüse setzen, Brühe und Wein angießen und im Ofen ca. 50 Min. garen.
3. Inzwischen Walnüsse grob hacken. Trauben waschen, von der Rispe entfernen und halbieren.
4. Am Ende der Garzeit Trauben und Walnüsse über den Braten geben und weitere ca. 10 Min. im Ofen backen. Anschließend Braten aus der Auflaufform nehmen und in Alufolie gewickelt ca. 10 Min. ruhen lassen.
5. Gemüse in der Auflaufform durchmengen und ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rehkeule in Scheiben schneiden und mit Gemüse und Nüssen servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	775 kcal
Kohlenhydrate	42 g
Eiweiß	84 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	28 g