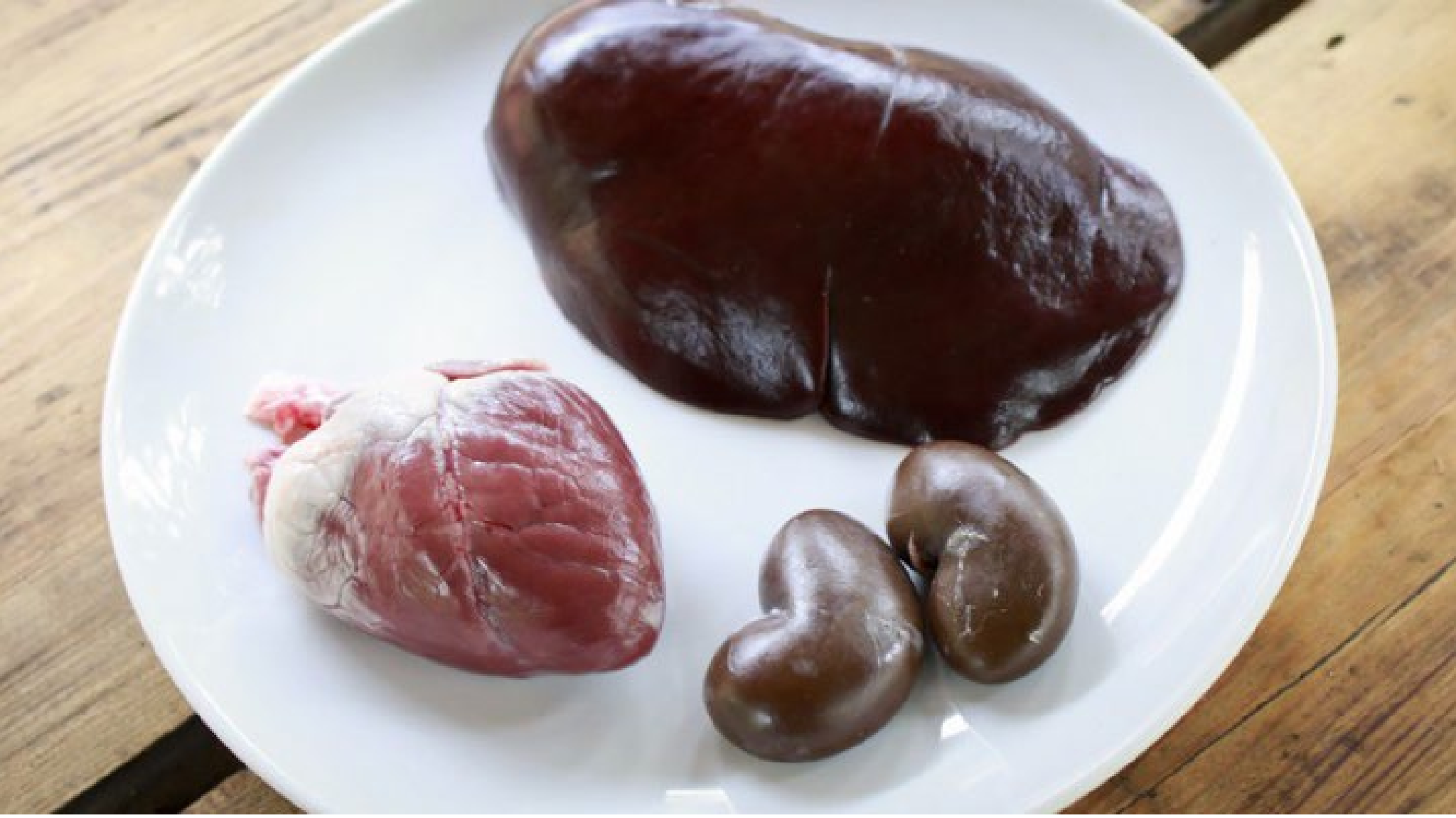
ZEHN REZEPTE FÜR DIE INNEREN WERTE



Ab dem ersten Mai dürfen in ganz Deutschland wieder Rehe gejagt werden. Führende Muttertiere und neu geborene Kitze werden natürlich nicht geschossen, aber Böcke und einjährige weibliche Rehe ohne Nachwuchs haben Jagdzeit.

Das Fleisch der Rehe ist fettarm und besonders aromatisch, weil die Tiere sich von den feinsten Knospen und Kräutern ernähren. Ich esse nicht nur das Fleisch der Rehe die ich erlege, sondern auch die inneren Organe.

Viele Menschen mögen keine Innereien, aber für mich gibt es zwei gute Gründe sie zuzubereiten: Zum einen ist es mir wichtig, das Tier, dem ich das Leben genommen habe ganz zu verwerten und nichts wegzuwerfen. Zum anderen haben Herz, Leber, Hirn und Hoden jeweils einen aufregenden Geschmack und eine ganz eigene Textur. Es ist spannend, auch ungewöhnliche Teilstücke zu verarbeiten – warum sollte man sich dieses kulinarische Erlebnis entgehen lassen?

haut-gout.de

Als Jäger verarbeite ich Tiere eigenhändig vom Lebewesen zum Lebensmittel. Töten und ausnehmen, zerteilen und zubereiten kann ich noch als Einheit erleben und dem Steak auf meinem Teller in die Augen sehen. Ich verwerte ausschließlich Wild, egal ob Fleisch oder Fisch: Das hat mit Freude am Selbermachen zu tun, mit ehrlicher, regionaler Ernährung und vor allem mit Tieren, die ihre Instinkte und Bedürfnisse in Freiheit ausleben.

MARINIERTES HERZ

ein Herz vom Reh
einige Zweige Thymian
eventuell eine gehackte Knoblauchzehe
Balsamicoessig

Alle Adern, Sehnen und das helle Fett am oberen Rand des Herzens schneiden und die Herzkammern von geronnenem Blut reinigen. Das Fleisch dann in etwa einen halben Zentimeter dicke Scheiben schneiden und mit Thymian, Knoblauch und Essig in einen Gefrierbeutel stecken, durchkneten und für 24 Stunden kalt stellen. Die Fleischstücke dann abwaschen, trockentupfen und in einer heißen Pfanne auf jeder Seite für einige Sekunden anbraten – sie sollten im Anschnitt noch leicht rosa sein. Mit Salz, Pfeffer und einer Scheibe Baguette eine nicht alltägliche Vorspeise!

HIRN MIT EI

ein Rehgehirn
ein Ei
eine halbe Zwiebel (gewürfelt)
Petersilie oder Schnittlauch

Den Schädel aufsägen, das Gehirn mit einem Löffel herausnehmen und es anschließend für einige Stunden in klarem Wasser wässern (im Kühlschrank).

Das Wasser abgießen, das Hirn vorsichtig abwaschen, in kleine Würfel schneiden und mit dem Ei verrühren. Die Zwiebelwürfel in etwas Öl anbraten bis sie glasig sind, Ei und Hirn dazugeben und wie ein Rührei anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit gehackter Petersilie auf einem Butterbrot anrichten.

EIERSALAT

zwei Rehhoden
zwei Hände Wildkräuter (Knoblauchsrauke, Sauerklee, Veilchen, Wiesenschaumkraut, Buchenkeimlinge…)
Salz
Zitronensaft

Die Hoden waschen, das Fett entfernen und die dünne, oberste Haut abziehen.
Für einige Minuten in kochendem Salzwasser pochieren, in etwa fünf Millimeter dicke Scheibchen schneiden, in Mehl wenden und kurz aber heftig anbraten. Mit den gewaschenen Wildkräutern anrichten, etwas Salz dazu und mit einem Spritzer Zitronensaft abschmecken. Den Gästen eventuell erst hinterher sagen, was sie gegessen haben.

LEBERBRÖTCHEN

eine Rehleber (in Streifen, ohne Haut)
eine Paprikaschote (in Ringen)
Frühlingszwiebeln (in Ringen)
ein Schluck Sherry
etwas Fond
zwei EL Butter
ein EL Puderzucker

Einen Löffel Butter zerlassen und den Puderzucker einrühren. Die Paprika in dem Gemisch einige Minuten dünsten und mit dem Fond ablöschen – meinen hatte ich als Eiswürfel eingefroren. Die Paprika beisteite stellen, in dem zweiten El Butter die Leber kurz (!) anbraten und mit dem Sherry ablöschen. Die Paprikaringe wieder in die Pfanne geben, die Frühlingszwiebel dazu und alles durchziehen lassen – ungefähr so lange, wie es dauert eine Scheibe Brot oder ein Brötchen zu toasten.

SAURE LUNGE

Eine Lunge vom Reh
einen Bund Suppengrün
4 EL Essig
eine Zwiebel
etwas Zitronensaft
ein EL Butter
etwas Mehl
die Kochflüssigkeit
etwas Rotwein
etwas Honig
frischer Thymian
ein EL Schmand

Die Lunge einige Stunden in klarem Wasser einlegen, das Wasser wechseln und die Lunge mit allen Zutaten 45 Minuten kochen und herausnehmen. Die Kochflüssigkeit aufheben. Die heiße Lunge wird gepresst, ich habe sie zwischen zwei Teller gelegt und mit einem Topf voll Wasser beschwert. Nach einer Stunde ist die Lunge kalt und fest. Die feste Lunge wird in dünne Scheiben geschnitten. Die Butter schmelzen und das Mehl einrühren bis es klumpt, kurz anrösten und mit der Kochflüssigkeit angießen. Die Lungenscheibchen dazugeben und 15 Minuten köcheln lassen, dann mit Wein, Thymian, Honig und Salz abschmecken und den Schmand unterrühren.

MUT ZUR MILZ

zwei Milzen vom Reh
zwei Eier
drei EL weiche Butter
Petersilie, Majoran
ein TL geriebene Zitronenschale

Weizenbrot
Butterschmalz
ein Liter Fond
Suppennudeln/Gemüse

Beide Milzen häuten und mit der Gabel zerdrücken. Die Eier trennen, Dotter mit der weichen Butter schaumig rühren und das Eiweiß zu Eischnee schlagen. Milzmasse, Gewürze und die Dotter-Butter-Mischung vermischen, den Eischnee vorsichtig unterziehen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Brot in dünne Scheiben schneiden, eine Scheibe mit der Masse bestreichen und mit einer zweiten zuklappen. In einer Pfanne reichlich Butterschmalz zerlassen und die Milzschnitten von beiden Seiten ausbacken bis die Milzmasse fest wird. Den Fond mit Sherry, Salz und Pfeffer abschmecken und Nudeln oder Gemüse darin gar kochen. Zum Ende die Milzschnitten in Häppchen schneiden und dazugeben.

PANIERTES HIRN

ein Rehgehirn (halbiert)
ein Ei
drei EL Mehl
drei EL Semmelbrösel

Den Schädel aufsägen, beide Hälften des Gehirns vorsichtig mit einem Löffel herausnehmen. Dann kommt die Hirnwäsche: um Blutreste und Knochenmehl zu entfernen liegt das Organ in klarem Wasser im Kühlschrank. Nach einigen Stunden das Hirn vorsichtig trocken tupfen und wie ein Wiener Schnitzel panieren: in Mehl wenden, in verrührtem Ei baden und zuletzt von beiden Seiten mit Semmelbröseln bedecken. Gebraten wird das Hirn dann von beiden Seiten in Butterschmalz bis die Panade knusprig und braun ist, dazu gab es Paprika-Rosmarin-Kartoffeln aus dem Ofen, Kräuterquark und Rucolasalat.

NIERENBRÖTCHEN

zwei Rehnieren
zwei Knoblauchzehen
eine Schalotte

Die Nieren häuten, halbieren und das feste, helle Nierenbecken in der Mitte entfernen. Die Knoblauchzehen und die Schalotte ebenfalls halbieren und in reichlich Butter bei schwacher Hitze sanft anbraten. Nach einigen Minuten die Hitze erhöhen, die Nieren dazugeben und von beiden Seiten kurz, aber scharf anbraten.
Die Nieren auf ein Stück Brot oder einen Teller geben, mit dem Fett begießen, salzen, pfeffern und je nach Geschmack auch Knoblauch und Schalottenhäften mitessen.

TARTAR VOM HERZ

ein Rehherz
eine Zitrone
einige Blätter Minze (gehackt)
einige Blätter knackiger Salat
asiatische Fischsauce
Koriander
Cayennepfeffer
Salz, Zucker

Von dem Herz alle Sehnen und das Fett entfernen und den Muskel würfeln, dann in feinste Stückchen hacken. Mit Zitronensaft, Minze Gewürzen und Fischsauce abschmecken, kurz durchziehen lassen und auf einem Salatblatt anrichten. Ein knackiges, festes Blatt Eisbergsalat hat für mich am besten zu dem rohen Fleisch gepasst.

LEBERWURST

750 g Leber
750g Fett (Butter/Margarine oder Wildschweinschmalz)
1500 g gekochtes Rehfleisch
100g süße Sahne
500 ml Rehfond

drei Zwiebeln in Würfeln
vier Knoblauchzehen gehackt
drei Esslöffel Honig
Majoran, Bohnenkraut (!), Thymian, Rosmarin, Salz und Pfeffer, (Chilies, getrocknete Steinpilze, Ingwer, Blaubeeren)

LEBERWURST

Die Leber für zwei Minuten in dem Fond kochen (und diesen danach aufheben), grob würfeln und mit dem Fleisch durch den Fleischwolf jagen. Für den Fleischanteil verwende ich Hals, Hachsen oder Rippenfleisch, dass ich bei der Zubereitung des Fonds mit koche und dann von den Knochen zupfe und einfriere. Zwiebeln und Knoblauch können roh nicht eingekocht werden, deshalb werden sie erst in der Margarine gedünstet und dann entweder auch gewolft, oder als Stückchen unter die Masse aus Fleisch und Leber gemischt.
Die restlichen Zutaten außer dem Fond dazugeben, alles vermengen und abschmecken. Dabei aufpassen, dass die Gewürze sich verteilen und nicht verklumpen. Durch Zugabe der Brühe lässt sich die Konsistenz steuern, die Masse sollte weich und teigig werden. Die warme Leberwurst schmeckt intensiver als später kalt aus dem Kühlschrank, sie sollte also ein ganz kleines bisschen zu würzig sein. Die fertige Wurst bis etwa 3 cm unter den Rand in Einkochgläser füllen, dabei darauf achten, dass der Rand absolut sauber bleibt. Deckel drauf, verschließen, in einen großen Topf stellen und mit kaltem Wasser bedecken. Aufkochen und 90 Minuten kochen lassen. Die Fleischmasse quillt beim Einkochen auf, wird sie bis zum Rand der Gläser eingefüllt, drückt sie beim Kochen den Deckel auf. Durch das Vakuum sind die Gläser ohne Klammer fest verschlossen, sie sind jahrelang haltbar.

HIER KLICKEN FÜR WEITERE REZEPTE

Vielen Dank für
die Unterstützung:

JAGDHUND