

HIRSCHGULASCH MIT KAKAO-NIBS UND BROMBEEREN



ZUTATEN

- 2 kg Hirschfleisch (aus Keule oder Schulter)
- 5 Zwiebeln
- 5 Zweige Thymian
- 3 Wacholderbeeren
- 2 Gewürznelken
- 4 Pimentkörner
- 6 schwarze Pfefferkörner
- 5 EL neutrales Pflanzenöl
- 3 EL Tomatenmark
- 750 ml trockener Rotwein
- 2 Lorbeerblätter
- Salz
- 250 g Brombeeren
- frisch gemahlener Pfeffer
- 2–3 EL Kakao-Nibs

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Das Hirschfleisch trocken tupfen und in gulaschgroße Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und grob würfeln. Thymian waschen, trocken tupfen und die Blätter abzupfen. Wacholder, Nelken, Piment und Pfeffer trocken anrösten und im Mörser

zerstoßen. Alternativ zu den Gewürzen und dem Kakao verwendet ihr hier gut 3 Esslöffel von meinem Wilden Rub Miriquidi, der enthält bereits Kakao.

Schritt 2

Einen großen Bräter auf dem Herd stark erhitzen, 1 EL Öl darin verteilen und ein Viertel des Fleisches darin kurz scharf anbraten. Aus dem Topf heben und in einer Schüssel beiseitestellen. Das übrige Fleisch (jeweils ein Viertel) ebenso in je 1 EL Öl kräftig anbraten und in die Schüssel geben. Den Topf erneut erhitzen und die Zwiebeln im übrigen Öl (1 EL) anschwitzen.

Schritt 3

Das Tomatenmark unterrühren und kurz anrösten. 250 ml Rotwein dazugießen, unterrühren und einkochen lassen. Sobald die Flüssigkeit eingekocht ist, den Ansatz dunkel anrösten lassen. Erneut 250 ml Rotwein angießen und aufrühren, dann den Vorgang nochmals wiederholen. Je dunkler ihr die Zwiebel-Tomatenmark-Mischung anröstet (ohne zu Verbrennen!), umso kräftiger und dunkler wird die Sauce.

Schritt 4

Inzwischen den Backofen auf 160 °C (Ober-/Unterhitze mit 50% Dampfunterstützung) vorheizen. Gewürze, Fleisch und 1 ½ TL Salz zur Sauce geben, dann 1,2 l Wasser angießen und das Gulasch bei mittlerer Temperatur langsam aufkochen. Das Gulasch offen im Ofen auf der untersten Schiene etwa 2,5-3 Stunden garen, bis es zart und mürbe ist. Durch die Dampfunterstützung bleibt das Gulasch herrlich saftig und wird schonend geschmort.

Schritt 5

Währenddessen die Brombeeren verlesen und waschen. Das Hirschgulasch aus dem Ofen nehmen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kakao-Nibs und Brombeeren dazugeben und alles auf dem Herd noch 2–3 Minuten garen. Anschließend servieren.



Weitere leckere Rezepte gibt es auf

www.constructa.de/rezepte



Jetzt Constructa auf Facebook folgen:

www.facebook.com/Constructa.Deutschland