

# Wildschweintrücken mit Pastinaken-Pflaumen-Gemüse

## Zutaten für das Fleisch (für 4 Personen):

- 2 kg (mit Knochen) Wildschweintrücken
- 2 Zweige Thymian
- 1 Zehe Knoblauch
- Salz
- zum Braten: Pflanzenöl

Die Rückenfilets auslösen oder auslösen lassen und die Knochen ggf. etwas zerkleinern. Das Fleisch parieren und in vier gleich große Stücke schneiden. Knochen und Abschnitte für den Soßenansatz aufbewahren. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten scharf anbraten. Den Backofen auf 110 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Den Rücken salzen und zusammen mit Thymian und Knoblauch in eine feuerfeste Form geben und circa 15 Minuten im Ofen zu Ende garen.

## Zutaten für die Soße:

- Abschnitte von Fleisch und Knochen
- 70 g Tomatenmark
- 1 Möhre
- 0.25 Knolle Sellerie
- 1 Zwiebel
- 200 ml Rotwein
- 100 ml roter Portwein
- 50 g Cranberrys
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Thymian
- 1 Zehe Knoblauch
- 500 ml Wildfond
- zum Braten: Pflanzenöl
- Salz
- Pfeffer

Abschnitte und Knochen im Ofen bei 220 Grad Umluft circa 30 Minuten auf einem Backblech rösten. Sellerie, Möhre und Zwiebel schälen, grob würfeln und in etwas Öl in einem großen Topf kräftig anrösten. Wenn das Gemüse Farbe angenommen hat, Tomatenmark hinzufügen und kurz mitrösten. Alles mit Wein und Portwein ablöschen. Die Soße bis auf  $\frac{1}{4}$  einkochen. Mit Wildfond auffüllen, geröstete Knochen und Abschnitte sowie Kräuter hinzugeben und alles 2 Stunden köcheln lassen. Gelegentlich umrühren und nach Bedarf etwas Wasser oder Wildfond angießen. Anschließend die Soße durch ein Sieb geben und zusammen mit den Cranberrys aufkochen, nach Bedarf mit etwas Stärke andicken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

## Zutaten für das Gemüse:

- 500 g Pastinaken
- 50 g Backpflaumen
- 50 g durchwachsener Speck
- 1 rote Zwiebel
- 1 Möhre
- 1 Bund glatte Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- zum Braten: Pflanzenöl

Pastinaken und Möhren schälen, Enden abschneiden und in gleichmäßige Scheiben schneiden. Die Zwiebel pellen. Zwiebel,

Pflaumen und Speck in feine Streifen schneiden. Petersilie waschen und grob hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen, Pastinaken und Möhren hineingeben und schwenken. Wenn das Gemüse leicht Farbe genommen hat, Speck und Zwiebeln hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss Pflaumen und gehackte Petersilie in die Pfanne geben und alles durchschwenken.

#### Zutaten für den Salat:

- 2 Handvoll Feldsalat
- 6 EL Walnussöl
- 3 EL Balsamico-Essig
- 1 EL Ahornsirup
- 1 Handvoll gehackte Walnüsse

Den Feldsalat waschen, die kleinen Wurzeln entfernen und den Salat abtropfen lassen. Aus den flüssigen Zutaten eine Vinaigrette herstellen und den Feldsalat darin kurz vor dem Servieren marinieren. Mit gehackten Walnüssen garnieren.

#### Zutaten:

Den Wildschweinrücken in Scheiben schneiden und auf dem Pastinaken-Pflaumen-Gemüse anrichten. Dazu Cranberry-Jus und Feldsalat reichen.

Sendung/Quelle: Mein Nachmittag

Sendetermin: 16.01.2020

Koch/Köchin: Ronald Lux

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)