

Rehfrikadellen mit Apfelkompott, Rotkohl und Pilzen

Zutaten für die Frikadellen (für 4 Personen):

- 500 g Hackfleisch vom Reh
- 5 Eier
- 80 g Semmelbrösel
- 2 Zwiebeln
- 0,5 Bund Petersilie
- einige Blätter Salbei
- 1 Zweig Rosmarin
- 1 Zweig Thymian
- 2 EL Senf
- brauner Zucker
- 2 TL Salz
- 1 TL Pfeffer
- 1 TL rosenscharfes Paprikapulver
- Butterschmalz
- Rapsöl

Hackfleisch vom Reh kann man mit einem geeigneten Fleischwolf selbst herstellen. Bauch, Schulter, Hals und Rippenfleisch eignen sich dafür und sind vergleichsweise günstig. Gebunden wird die Masse wie eine klassische Frikadelle mit altem Brot oder Semmelbröseln und Ei. Da das Wildfleisch sehr mager ist, benötigt man mehr Eier als bei einer gewöhnlichen Frikadelle.

Eier aufschlagen und in einer Schüssel verrühren. Brösel unterheben und vermengen. Zwiebeln schälen, fein würfeln und in etwas Butterschmalz andünsten. Salbei, Thymian, Rosmarin und Petersilie waschen, trocknen und hacken.

Hackfleisch, Kräuter und Zwiebeln zur Brösel-Eier-Masse geben, mit Senf, Zucker, Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen und alles gut miteinander vermengen. Aus der Masse pro Portion 2-3 Frikadellen formen. Bei geringer bis mittlerer Hitze in einem Gemisch aus Butterschmalz und Rapsöl sanft anbraten und jeweils 5 Minuten von beiden Seiten braten. Im Zweifel den Garzustand prüfen, indem man eine der Frikadellen anschneidet.

Zutaten für das Apfelkompott:

- 900 g Äpfel
- 1 Zwiebel
- 250 ml Wasser
- 4 TL Zucker
- 1 TL Olivenöl
- 1 Spritzer Limettensaft
- 1 Schuss Weißwein-Essig

Äpfel entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebel schälen und klein schneiden. Beides mit Wasser und Zucker in einen Topf geben und 10 Minuten köcheln lassen. 1 Schuss Olivenöl und 1 Spritzer Limettensaft dazugeben. Nach Bedarf etwas Weißwein-Essig hinzufügen. Zum Schluss die Äpfel mit einem Stampfer leicht andrücken. Sie sollten aber nicht zu Mus zerquetscht werden.

Zutaten für die Pilze:

- 300 g Kräuterseitlinge
- Butterschmalz
- Salz
- Pfeffer

- 1 Prise Zucker
- 1 Schuss Olivenöl

Pilze der Länge nach in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Butterschmalz braten. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Nach 10 Minuten bei mittlerer Hitze sind sie fertig gebraten und noch schön bissfest. Zum Schluss mit etwas Olivenöl veredeln.

Zutaten für den Rotkohl-Salat:

- 200 ml Orangensaft
- 1 Bio-Orange
- 1 Kopf Rotkohl
- 1 EL Johannisbeer-Gelee
- 1 TL Olivenöl
- 1 EL Weißwein-Essig
- 1 Prise Zucker

Orangensaft in einen Topf geben und auf die Hälfte einkochen. Etwas abkühlen lassen. Schale der Orange abreiben. Den Kohl putzen und sehr fein hobeln. Einkochten Orangensaft, Orangen-Abrieb und Johannisbeer-Gelee unterheben. Alles gut vermengen und mit Olivenöl, Weißwein-Essig und Zucker abschmecken.

Sendung/Quelle: Sass: Gutes aus dem Norden

Sendetermin: 21.08.2022

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen