



Diesen Monat von  
Biokoch Martin Duwel!



## Wildschweinbraten mit Brezenknödel und Blaukraut

### Zutaten

(für 4 Personen)

1,5 kg Wildschweinbraten  
(Keule oder Schulter) mit Knochen

1,5 TL Rosmarin

1,5 TL Thymian,

jeweils getrocknet

Salz und Pfeffer

3 große Knoblauchzehen  
geschält und klein gewürfelt

3 EL Öl

2 mittelgroße Zwiebeln,  
geschält und klein gewürfelt

2 große Karotte(n),  
geschält und klein gewürfelt

350 ml Rotwein, trocken

100 ml Balsamico

400 ml Fleischbrühe oder  
Wildfond

3 große Tomaten enthäutet  
und gewürfelt

4 EL Honig

300 g Preiselbeeren aus dem Glas

200 ml Sahne



### Zubereitung

Den Wildschweinbraten mit Salz, Pfeffer, Rosmarin, Thymian, den Knoblauchwürfelchen und dem Öl einreiben. Über Nacht zugedeckt im Kühlschrank oder einem kühlen Raum durchziehen lassen.

Am nächsten Tag das marinierte Fleisch in einem Bräter ringsum scharf anbraten.

Die Zwiebel- und Karottenwürfelchen dazu geben und ebenfalls anbraten. Mit dem Rotwein dem Balsamico und der Fleischbrühe oder dem Wildfond ablöschen und aufgießen. Die Tomatenstückchen dazu geben. Das Fleisch auf der Oberseite mit dem Honig einstreichen.

Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Ober- und Unterhitze) zugedeckt ca. 2 Stunden schmoren (je nach Dicke des Bratenstückes, bei Keulen mit Knochen dauert es evtl. etwas länger). Dabei den Braten n i c h t wenden!

Wenn das Fleisch gar ist, den Braten aus dem Ofen nehmen, die Knochen auslösen und das Fleisch warm stellen.

Für die Soße das Schmor Gemüse und den entstandenen Bratensaft mit den Preiselbeeren mischen und mit einem Passierstab pürieren. Die Sahne einrühren. Nochmals kurz aufkochen lassen, mit Salz abschmecken und zusammen mit dem Fleisch servieren.

*Dazu passen Semmelknödel oder Brezenknödel  
Haselnusspätzle und Blaukraut.*

*Guten Appetit !*

**HOF LIEFERANT**  
FLEISCH & WURST VON BIO-BAUERN.



# Notizen

A series of 18 horizontal dotted lines for writing notes.



Bei uns isst alles Bio.