LANDESJAGDVERBAND HESSEN E. V.
WARTBERG VERLAG

Hessisches WILD KOCH BUCH

GESUND UND NACHHALTIG KOCHEN
MIT WILDBRET AUS HEIMISCHEN REVIEREN

Inhalt

REZEPTÜBERSICHT

18 Wildschweingulasch und karamellisierte Äpfel

21 Schnitzel vom Reh mit Wirsinggemüse und Pilzrisotto

22 Wildschweinkeule

25 Scheiben vom Damhirsch asiatisch

26 Rehkeule vom Grill

29 Hirschgulasch mit Speck und Backpflaumen

30 Bock auf Burger

33 Rehmedaillons mit karamellisierten Kirschen

34 Wildschweinbraten mit Waldpilzen

37 Geschmorte Rehkeule

38 Wildschweingulasch

41 Hirschrücken vom Rhöner Rotwild

42 Gefüllte Roulade vom Rehrücken mit grünem Spargel

45 Wildschweingeschnetzeltes mit Hagebuttensoße

48 Rehleber mit Buttermöhren auf Waldfruchtspiegel

51 Wildschweinschnitzel in Mandelpanade

52 Marinierter Rehrücken an Wildkräutersalat

55 Kürbis mit Wildschweinhackfüllung

56 Rehrücken mit Semmelknödel

59 Hirschmedaillons mit Haselnusskruste

63 Rehrücken mit Selleriepüree und Portweinkirschen

64 Wildhack-Linsen-Curry

67 Rehrücken mit Preiselbeersoße

68 Wildschweinbolognese

71 Pita mit feuriger Rehlende und Tomatensalsa

72 Hirschmedaillons in Preiselbeerrahmsoße

74 Wildgulasch aus dem Dutch Oven

77 Gebratene Rehfilets

79 Rehragout

80 Burger – wild und fruchtig

83 Rehmedaillons mit Spätzle

84 Spätsommerlicher Salat mit Rehschinken

WISSENSWERTES ZUR WILDZUBEREITUNG

4 Wild aus heimischen Wäldern

5 Ein kulinarischer Genuss

6 Aus dem Wald auf den Teller

8 Wildfleisch – gesund und lecker

10 Koch- und Gartipps

11 Welche Messer dürfen in keiner Küche fehlen?

12 Lagern, einfrieren und auftauen

14 Die richtige Weinauswahl zu Wildgerichten

15 Silberhäutchen entfernen leicht gemacht

17 Wald und Wild im Gleichgewicht

46 Manchmal sollte es Wild sein im Leben

87 Wildbret mit dem Funkthermometer perfekt auf den Punkt gegart

89 Wildfond – einfach selbst gemacht

90 Soßen und Marinaden

93 Frankfurter Brett – ein cleverer Küchenhelfer

96 Impressum

Kochen ist eine Kunst, die Freude macht

Boris Rhein
Hessischer
Ministerpräsident

Kochen bedeutet für viele Menschen nicht nur eine alltägliche Arbeit. Kochen bedeutet für viele Menschen einiges mehr. Für sie sichert Kochen zwar auch die Ernährung, aber gleichzeitig ist Kochen für sie eine Kunst, die Freude macht. Wenn sie in der Küche tätig sind, sorgen sie für sich selbst und andere, gehen sie sorgfältig mit Lebensmitteln um, freuen sie sich, wenn etwas besonders gut gelingt. Gerne probieren sie neue Rezepte aus.

Kochbücher helfen dabei, neue Rezepte zu finden. Mit ihren Hinweisen, Anregungen und Anleitungen bieten sie dem persönlichen Speiseplan neue Impulse. Gutes Essen gewährt einen Genuss, der das Leben schöner macht. Gutes Essen zuzubereiten ist Teil unserer Kultur.

Ihr Boris Rhein

Ein kulinarischer Genuss

Wildbret aus heimischen Revieren ist ein kulinarischer Genuss und gehört zu den gesündesten Fleischprodukten. Wildtiere wachsen in der freien Natur auf. Sie ernähren sich nur von dem, was in ihrem natürlichen Lebensraum wächst – von den besten Kräutern, von Knospen oder Klee. Sie kennen weder enge Ställe noch Antibiotika und lange Transportwege. Wildbret erfüllt in besonderem Maße den Wunsch nach einem regionalen und nachhaltigen Lebensmittel.

Für dieses Kochbuch haben hessische Prominente aus Politik, Wirtschaft und Medien ihre Lieblings-Wildrezepte aufgeschrieben. Wie herrlich Wildbret schmeckt und zubereitet werden kann, verraten ebenfalls die Rezepte von Spitzenköchen aus der hessischen Sternegastronomie.

Wildbret in ausgezeichneter Qualität lässt sich am besten direkt bei Jägern oder den Forstämtern vor Ort beziehen. Bezugsadressen erhalten Sie über unsere 54 hessischen Jagdvereine unter: **ljv-hessen.de/jagdvereine-in-hessen**

Als Leser dieses Kochbuchs können Sie sicher sein: Die Jägerinnen und Jäger in Hessen jagen nur, was natürlich nachwächst. Ein respektvoller Umgang mit den uns anvertrauten Wildtieren sowie eine waidgerechte und somit tierschutzgerechte Jagd ist für uns die wichtigste Verpflichtung.

Ich wünsche Ihnen nun viel Freude beim Lesen und einen guten Appetit.

Ihr Prof. Dr. Jürgen Ellenberger

Prof. Dr. Jürgen Ellenberger
Präsident des
Landesjagdverbandes
Hessen e. V.

EIN REZEPT VON WIEBKE KNELL, MdL

Jagdpolitische Sprecherin der FDP-Landtagsfraktion Hessen

Bock auf Burger

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

600 g Wildbret vom Reh aus dem Nacken oder den Blättern
120 g grünen Speck
grobes Meersalz
4 Burgerbrötchen
Zum Belegen nach Wahl, z. B.
Brie,
Preiselbeeren,
Honig-Senf-Soße,
Cheddar,
gebratener Speck,
und Salatblätter
Burgersoßen nach Geschmack

ZUBEREITUNG:

Das Wildbret und den grünen Speck klein schneiden und vermischen. Das Fleisch im Tiefkühler etwas anfrieren lassen und dann durch den Fleischwolf drehen.

Das fertige Brät in einer Burgerpatty-Presse zu Patties formen. Um zu verhindern, dass die Patties in der Presse oder aufeinander kleben, lohnt sich der Einsatz von runden Burger-Patty-Papieren.

Die fertigen Patties im Kühlschrank aufbewahren, bis sie auf den Grill kommen. Wenn der Grill bereit ist, die Burgerpatties von beiden Seiten nur mit etwas grobem Meersalz würzen, scharf angrillen und dann möglichst auf einer indirekten Zone durchziehen lassen.

Zum Rehwild-Burger empfehle ich statt fertig gekaufter Burgerbrötchen ein selbst gebackenes Brioche-Bun. Der Aufwand lohnt sich! Die Brötchenhälften vor dem Belegen noch einmal kurz auf dem Grill anrösten.

Den Rehwild-Burger entweder mit ein paar Scheiben Brie und Preiselbeeren kombinieren, dazu die Bun-Hälften mit Honigsenf bestreichen. Oder man entscheidet sich für die klassische Variante mit Cheddar, gebratenem Speck, Salat und einer Burgersoße nach Wahl.

DAZU SCHMECKEN ...

Salate, Ofenkartoffeln oder Süßkartoffel-Pommes.

EIN REZEPT VON LUCIA PUTTRICH, MdL
Staatsministerin für Bundes- und Europaangelegenheiten

Rehmedaillons mit karamellisierten Kirschen

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

8 Rehmedaillons (je 70 g)
2 EL Rapsöl oder Pflanzenfett
16 frische Kirschen
2 EL Zucker
2 EL Kirschsaft
1 EL dunkler Balsamico
1 TL eingelegter grüner Pfeffer
20 Stangen grünen Spargel
1 EL Butter
Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG:

Die Kirschen waschen und entkernen. Sollte man keine frischen Kirschen bekommen, kann man auch ungezuckerte, tiefgekühlte Kirschen ohne Stein verwenden.

Den Zucker in einen Topf geben und karamellisieren lassen, mit Kirschsaft ablöschen und die Kirschen dazugeben. Alles etwas einkochen lassen, dann den Balsamico und den grünen Pfeffer hinzugeben. Den Topf von der Kochstelle nehmen und die Kirschen abkühlen lassen.

Den Backofen auf 180 °C (Ober- und Unterhitze, Umluft 160 ° C) vorheizen.

Das untere Drittel des Spargels schälen und die Spargelstangen in Salzwasser kurz blanchieren, anschließend unter kaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen. Die Butter in der Pfanne zerlassen und den Spargel darin anbraten – mit Salz abschmecken.

Das Öl in der Pfanne erhitzen und die Rehmedaillons darin von beiden Seiten anbraten (je nach Dicke des Fleisches ca. 2–3 Minuten pro Seite). Mit Salz und Pfeffer würzen und im Backofen etwa 4 Minuten garen. Die Medaillons sollten innen noch leicht rosa sein. Die Medaillons und den Spargel auf Tellern anrichten und mit den karamellisierten Kirschen servieren.

DAZU SCHMECKEN ...

Kartoffelklöße, Kartoffeln oder Kartoffelrösti.

EIN REZEPT VON MICHAEL BODDENBERG, MdL

Staatsminister der Finanzen

Wildschweinbraten mit Waldpilzen

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

750 g Wildschweinschulter oder -keule ohne Knochen
Butterschmalz
100 g Röstgemüse
50 g Tomatenmark
100 ml Rotwein
Gewürze, z. B. Pfefferkörner, Wacholderbeeren, Lorbeerblatt
1 Zweig Rosmarin
400 g geputzte Waldpilze, z. B. Steinpilze, Pfifferlinge oder Maronen
1 kleine Zwiebel
20 g Butter
Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG:

Das Fleisch würzen und in einem Bräter in Butterschmalz von allen Seiten gut anbraten – herausnehmen. Dann das Röstgemüse im Bräter kräftig anbraten. Das Tomatenmark und die Gewürze dazugeben und andünsten, bis eine schöne rote Farbe entstanden ist. Alles mit Rotwein ablöschen. Das Fleisch wieder in den Bräter geben, diesen bis zur Hälfte mit Wasser auffüllen, abschmecken und bei schwacher Hitze leicht köcheln lassen.

Sobald das Fleisch gar ist, aus dem Topf nehmen und warm stellen. Die Soße etwas einkochen lassen oder das Gemüse in der Soße mit dem Stabmixer pürieren und so die Soße binden. Anschließend durch ein feines Sieb passieren und abschmecken.

Die Pilze in gleichmäßige Stücke schneiden. Die Zwiebel fein würfeln und in Butter in einem flachen Topf andünsten. Die Pilze dazugeben und alles weiterdünsten, bis die Pilze gar sind. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Wildschweinbraten aufschneiden und mit den Pilzen anrichten.

TIPP:

Frisches Wildfleisch hält sich nur wenige Tage. Deshalb sollte es rasch verbraucht oder eingefroren werden. Die ausgenommene Jagdbeute muss zuvor einige Tage abhängen, bis das eiweißreiche, aber fettarme Fleisch mürbe geworden ist und seinen typischen Eigengeschmack entfaltet hat.

EIN REZEPT VON CLAUDIA SCHICK
Moderatorin beim Hessischen Rundfunk

Geschmorte Rehkeule

ZUTATEN FÜR 6 PERSONEN:

1 Rehkeule (ca. 1,5 kg)
1 Bund Suppengrün
1 Zwiebel
1 Apfel
4 EL Öl
100 g fetter Speck in dünnen Scheiben
Gewürze, z. B. Pfefferkörner, Nelken, Lorbeerblatt
abgeriebene Schale einer Orange
1 TL Senf
1 EL Preiselbeergelee
375 ml Rotwein
1 EL Mehl
250 g saure Sahne
Salz und Pfeffer

ZUBEREITUNG:

Die gewaschene und trockengetupfte Rehkeule mit Küchengarn zusammenbinden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Suppengrün waschen und fein würfeln. Die Zwiebel und den entkernten Apfel vierteln.

Den Backofen auf 200 °C (Ober- und Unterhitze, Umluft 180 °C) vorheizen.

Das Fleisch in einen Bräter mit heißem Öl legen und mit Speckscheiben belegen. Dann das Gemüse, die Zwiebel- und Apfelstücke sowie sämtliche Gewürze und die abgeriebene Orangenschale, den Senf und das Preiselbeergelee hinzugeben. Mit der Hälfte des Weins übergießen. Die Backofentemperatur auf 180 ° C (Ober- und Unterhitze, Umluft 160 °C) herunterregeln und ca. zwei Stunden lang braten. Anschließend nach und nach mit dem restlichen Wein übergießen.

Schließlich das Fleisch aus dem Bräter nehmen und mit etwas Wasser die Bratensoße vom Topfboden lösen. Dann die Soße durch ein feines Sieb streichen, das Mehl in die Sahne einrühren, um damit die Soße zu binden. Zuletzt mit Salz und Pfeffer abschmecken.

DAZU SCHMECKEN ...

Spätzle sowie Rotkohl und mit Preiselbeeren gefüllte Äpfel.

Impressum

2. aktualisierte Auflage 2023

Alle Rechte vorbehalten, auch die des auszugsweisen Nachdrucks und der fotomechanischen Wiedergabe.

ISBN 978-3-8313-3021-8

© Herausgeber
Landesjagdverband Hessen e. V.
Am Römerkastell 9
61231 Bad Nauheim

Telefon: 06032 9361-0 (Zentrale)
E-Mail: info@ljv-hessen.de
Internet: www.ljv-hessen.de
www.hessisches-wildkochbuch.de

Facebook: https://www.facebook.com/LJV.Hessen
Instagram: ljv_hessen

Geschäftsführer:
Alexander Michel (Chefredakteur)

Konzeption, Redaktion und Realisierung
Markus Stifter (Pressesprecher)

Köchin
Katja Hack (hat alle Rezepte auf den Teller gebracht und in Szene gesetzt)

Grafik, Layout und Satz
lopri communications, Kassel, www.lopri.com

Fotografie und Illustration
lopri communications, Thorsten Eschstruth

Redaktion und Lektorat
Wartberg-Verlag GmbH, Katja Piesik-Woitok

Druck
Druckerei Rindt, Fulda

Buchbinderische Verarbeitung
Buchbinderei S.R. Büge, Celle

Verlag
Wartberg-Verlag GmbH
34281 Gudensberg-Gleichen, Im Wiesental 1
Telefon: 05603 93050, www.wartberg-verlag.de

Bildnachweis:
S. 4, 18: Ministerpräsident Boris Rhein, © Hessische Staatskanzlei, Sinah Osner,; S. 7: Hochsitz im Wald, Thorsten Eschstruth; S. 11: Messer, Friedr. Dick GmbH & Co. KG; S. 16: Wald, HessenForst; S .21: Bettina und Prof. Dr. Jürgen Ellenberger, Markus Stifter; S. 22: Priska Hinz, Oliver Rüther; S. 26: Oliver Bock, Foto Heibel; S. 29: Anita Schneider, Annette Kraus; S. 30: Wiebke Knell, Elias Knell; S. 33: Wein, Weingut M. L. Menger; S. 35: Lucia Puttrich, Mark Weinmeister; S. 36: Michael Boddenberg, Annika List, Rezeptbearbeitung Armin Treusch; S. 39: Claudia Schick, Farideh Fotografie; S. 40: Franz Keller, Anja Jahn www.anjajahn.com; S. 43: Hermann Klüber, Regierungspräsidium Kassel; S. 44: Heinz Lotz, SPD Hessen; S. 47: Lena Arnoldt, Thorsten Eschstruth; S. 49: Jägerin im Wald, Tim Thiel Photographer; S. 50: Christian Schmidt, Hessenhalle Alsfeld; S. 53: Ines Claus, CDU-Fraktion Hessen; S. 54: Carsten Wilke, Deutscher Forstverein; S. 57: Andreas Freiherr von Gall, Stiftung Hessischer Jägerhof; S. 58: Markus Meysner, privat; S. 61: Reiner Neidhart, Neidharts Küche; S. 65: Tamara Hering, Bettina Leidner; S. 66: Michael Gerst, Andreas Weber/HessenForst; S. 69: Jürgen Kaufmann, Philipp Klitsch (Schwalm-Eder-Kreis); S. 70: Manfred Krupp, Ben Knabe; S. 73: Tobias Kämmerer, Hessischer Rundfunk; S. 74: Dirk Bamberger, privat; S. 76: Dr. Horst Falk, Marius Schmitt/CDU-Fraktion Hessen; S. 79: Andreas Krolik, Tiger und Palmengruppe; S. 81: Kirsten Fründt, Markus Farnung; S. 82: Anne Brüning, HR/Katrin Denkewitz; S. 85: Petra Müller-Klepper, CDU-Fraktion Hessen; S. 86: Franziska Reichenbacher, HR/Sebastian Reimold/Andreas Frommknecht; S. 89: Michael Freiherr von der Tann, privat

Hessisches
WILD
KOCH
BUCH

GESUND UND NACHHALTIG KOCHEN
MIT WILDBRET AUS HEIMISCHEN REVIEREN

Ob schmackhafte Rehkeule, Kürbis mit Wildschweinfüllung, Schnitzel vom Reh, saftige Wildburger vom Grill, Wildgulasch aus dem Dutch Oven oder ein knackiger Sommersalat mit Rehschinken: Die hessische Wildküche bietet für jeden Geschmack immer die richtige Variation.

Hessische Prominente aus Politik, Wirtschaft und Medien sowie Spitzenköche aus der Sternegastronomie verraten im neuen Hessischen Wildkochbuch ihre Lieblings-Wildrezepte.

Viele dieser Gerichte lassen sich auch im Alltag und ohne großen Aufwand oder ausgefallene Zutaten zubereiten.

WIR WÜNSCHEN IHNEN VIEL FREUDE BEIM KOCHEN
UND EINEN GUTEN APPETIT!

WARTBERG VERLAG

ISBN 978-3-8313-3021-8
9 783831 330218
€ 19,95 (D)