

## Sören Anders Rehspieße mit Zwetschgensauce

Freitag, 17. September 2021  
Rezept für 4 Personen

Dauer: über 4 Stunden  
Schwierigkeitsgrad: Leicht  
Feine Küchen, Heimatküche

### Zutaten:

Für die Rehspieße:

|          |  |
|----------|--|
| 600 g    | Rehfleisch aus der Keule                 |
| 60 g     | Bauchspeck, in etwa 5 mm dicken Scheiben |
| 1        | große Zwiebel                            |
| 2        | rote Paprika                             |
| 0,5 Bund | glatte Petersilie                        |
| 80 ml    | Olivenöl                                 |
| etwas    | Salz                                     |
| etwas    | Pfeffer aus der Mühle                    |
| etwas    | Muskatnuss                               |



Für die Zwetschgensauce:

|        |                            |
|--------|----------------------------|
| 350 g  | Zwetschgen                 |
| 1      | Zwiebel                    |
| 1 EL   | Pflanzenöl                 |
| 400 ml | schwarzer Johannisbeersaft |
| 1 EL   | Speisestärke               |
| 1 EL   | Wasser                     |
| 2 EL   | scharfer Senf              |
| etwas  | Salz                       |
| etwas  | Pfeffer aus der Mühle      |
| etwas  | Muskatnuss                 |
| 2 TL   | Worcestershiresauce        |

### Zubereitung:

1. Das Fleisch waschen und trockentupfen und in etwa 3 cm große Würfel schneiden.
2. Bauchspeck in etwa 3 cm große Quadrate schneiden.
3. Die Zwiebelschalen und in etwa 5 mm starke, 3 cm große Quadrate schneiden.
4. Die Paprika waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und Paprika ebenfalls in Stücke von 3 cm Kantenlänge schneiden.
5. Fleischwürfel mit Speck, Zwiebel und Paprika abwechselnd auf Schaschlikspieße stecken.
6. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.
7. Olivenöl mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss würzen, Petersilie untermischen. Rehspieße in eine flache Schale legen und dem Würzöl beträufeln. Abgedeckt im Kühlschrank ca. 5 Stunden marinieren.
8. Die marinierten Spieße ca. 30 Minuten vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen.
9. In der Zwischenzeit für die Zwetschgensauce die Zwetschgen waschen, trocknen, halbieren und entsteinen.
10. Zwiebel schälen und fein schneiden.

11. In einer tiefen Pfanne oder einem flachen großen Topf das Öl erhitzen und die Zwiebeln darin glasig dünsten.
12. Die Zwetschgen dazugeben, Johannisbeersaft angießen, leicht salzen und bei geschlossenem Deckel ca. 3 Minuten garen.
13. Dann etwa die Hälfte der Pflaumen aus dem Topf herausnehmen und beiseitestellen.
14. Die restlichen Pflaumen im Topf im Garsud pürieren und anschließend durch ein Sieb in einen Topf streichen und aufkochen
15. Speisestärke mit 1 EL Wasser glattrühren, in die Sauce einrühren, aufkochen und ein paar Minuten leicht köcheln lassen.
16. Die Sauce mit Senf, Salz, Pfeffer, Muskat und Worcestershiresauce abschmecken. Die beiseite gestellten gedünsteten Zwetschen wieder in die Sauce geben.
17. In einer Grillpfanne etwas Öl erhitzen und die Spieße darin von allen Seiten knusprig braun anbraten.
18. Zum Servieren die Zwetschgensauce auf den Teller geben und die gebratenen Spieße darauf geben.

**Pro Portion: 540 kcal / 2250 kJ**  
**23 g Kohlenhydrate, 40 g Eiweiß, 31 g Fett**