

Kochen

Timo Böckle

Mittwoch, den 07.12.2022

**Hauptgang: Sauerbraten vom Rothirsch mit Kräuterwaffeln und Rosenkohlblättern
Für 4 Personen**

Zutaten

Für den Sauerbraten

1 kg Hirschkeule (ohne Knochen, aus der Oberschale)
5 Zwiebeln, ca. 120 g
2 Karotten, ca. 80 g
2 Petersilienwurzeln, ca.80 g
1 Stück Knollensellerie, ca. 80 g
2 Knoblauchzehen
2 Lorbeerblätter
8 Wacholderbeeren
etwas Salz
etwas Pfeffer, schwarz
1,5 l Rotwein
1 l Rotweinessig
5 EL Butterschmalz
2 EL Tomatenmark
1 EL Speisestärke
60 g Honig

Für die Kräuterwaffeln

120 g Butter
2 Stiele Thymian
1 Bund Petersilie
200 ml Milch
3 Eier (Größe M)
250 g Mehl
2 TL Backpulver
etwas Salz
etwas Pfeffer

Für den Rosenkohl

300 g Rosenkohl
2 EL Rapsöl
50 ml Gemüsebrühe, ca.
1 EL Butter
etwas Salz
etwas Pfeffer
etwas Muskat

Außerdem

etwas Küchengarn
Klarsichtfolie
Waffeleisen

Zubereitung

1. Etwa 1 Woche vorher: die Hirschkeule parieren und putzen.

Das Fleisch, je nach Teilstück, mit Küchengarn in Form bringen.

2. Zwiebeln, Karotten, Petersilienwurzel, Sellerie und Knoblauch putzen bzw. schälen und in gleichmäßig große Stücke schneiden.



3. Die Hirschkeule mit dem Gemüse und den Gewürzen in einen Topf geben. Mit Rotwein und Essig auffüllen bis das Fleisch bedeckt ist.
4. Ein Stück Klarsichtfolie auf das Fleisch legen und leicht andrücken. Den Topf mit einem passenden Deckel verschließen und für ca. 5 Tage (kommt auf die Größe der Teilstücke an) bei 2-4 Grad in den Kühlschrank stellen.
5. **Am Tag der Zubereitung** das Wildfleisch aus der Marinade nehmen und trockentupfen.
6. Die Flüssigkeit mit dem Gemüse im Topf lassen und ca. 30 Minuten um etwa zwei Drittel einköcheln lassen.
7. In der Zwischenzeit die Hirschkeule mit Salz und Pfeffer würzen.
8. Butterschmalz in einem Bräter erhitzen, die marinierte Hirschkeule darin von allen Seiten anbraten.
9. Hirschkeule im Backofen bei 120 Grad Ober- und Unterhitze auf der mittleren Schiene abgedeckt ca. 1 Stunde garen. Dabei ab und zu wenden.
10. **Inzwischen für die Kräuterwaffeln** Butter in eine Schüssel geben und über einem heißen Wasserbad schmelzen lassen.
11. Thymian und Petersilie abbrausen, trockenschütteln. Thymianblättchen und Petersilie fein schneiden.
12. Milch und Eier unterrühren. Mehl und Backpulver mischen und unter die Ei-Masse rühren.
Am besten mit einem Stabmixer, bis die Masse glatt ist.
Danach die Kräuter zugeben. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.
13. **Den Rosenkohl** jeweils am Strunk einschneiden und die Blätter vorsichtig lösen. Kurz abbrausen, trockenschütteln, abdecken und beiseite stellen.
14. **Für den Sauerbraten** Tomatenmark unter die eingekochte Marinade rühren und weitere ca. 10 Minuten einköcheln lassen.
15. Speisestärke mit etwas kaltem Wasser oder Wein verrühren. Stärke in die Soße rühren, aufkochen lassen, bis diese die gewünschte Konsistenz erreicht hat.
16. Den Braten kurz aus dem Ofen nehmen und den ausgetretenen Fleischsaft vom Braten in die Soße geben. Soße mit Salz, Pfeffer und Honig (Menge variiert je nach verbleibender Säure) würzen.
17. Soße zum Braten geben und weitere ca. 30 Minuten im Ofen schmoren, dabei ab und zu wenden.
18. **Das Waffeleisen** temperieren und etwas einfetten. Eine Probewaffel backen und evtl. den Teig etwas nachwürzen. Aus dem vorbereiteten Teig ca. 12 Waffeln backen (je nach Größe des Waffeleisens).
19. In einer Pfanne Öl erhitzen. **Rosenkohlblätter** zugeben und kurz anbraten. Mit Brühe ablöschen. Butter zufügen und bis zur gewünschten Konsistenz garen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
20. **Den Sauerbraten** aus dem Ofen nehmen. Braten herausheben und kurz ruhen lassen. Braten in Scheiben schneiden. Mit Waffeln, Rosenkohl und Soße anrichten und servieren.

Tipp: Rutscht der **Sauerbraten** beim Anheben ganz leicht von einer Fleischgabel hat der Hirsch den optimalen Garpunkt erreicht und kann aufgeschnitten werden. Kurz vor dem Anrichten nach Belieben zwei bis drei kalte Butterwürfel unter die Soße rühren.

Die **Kräuterwaffeln** werden ausgebacken wie Ihre süßen Verwandten. Man sollte darauf achten, dass das Waffeleisen vor dem Füllen die Betriebstemperatur erreicht hat. Es empfiehlt sich die Eisenoberfläche mit einem Pinsel vor jeder Waffel leicht zu einzuölen.

Die **Rosenkohlblätter** nicht zu lange warmstellen, da diese sonst grau werden. Möglichst zeitnah nach der Zubereitung anrichten - knackig schmecken diese am besten.