

Wildschwein-Ragout

Zutaten | 4 Portionen

650 g	Wildschweinfleisch
2	Knoblauchzehen
	Salz
2 TL	Majoran, getrocknet
1 TL	Kräuter der Provence, getrocknet
½ TL	Thymian, getrocknet
2 EL	Olivenöl
3	Zwiebeln
100 g	Speck, durchwachsen
1	Lorbeerblatt
400 ml	Rotwein, trocken
500 ml	Wildfond
200 ml	Sahne
1 TL	Mehl
1 EL	Preiselbeermarmelade
	Salz, Pfeffer

Zubereitungszeit: 30 Min., Garzeit: 90 Min.

Zubereitung:

- Fleisch unter kaltem Wasser abspülen, mit einem Küchentuch trocken tupfen und in Würfel von 2 bis 3 cm Größe schneiden.
- Knoblauch abziehen, durch eine Knoblauchpresse drücken und mit Salz und den getrockneten Kräutern zu einer Paste vermischen. Das Fleisch mit der Knoblauch-Kräuterpaste einreiben und 15 Minuten zum Einziehen ruhen lassen.
- Zwiebeln schälen und fein würfeln. Speck ebenfalls fein würfeln.
- Olivenöl in einem Bräter erhitzen und die Fleischwürfel darin anbraten. Speck- und Zwiebelwürfel dazu geben und alles zusammen 10 Minuten anschmoren lassen.
- In einem Messbecher Rotwein, Wildfond und Sahne zusammen abmessen.
- Wildschwein-Ragout mit der Hälfte der Wein-Fond-Sahnemischung ablöschen, Lorbeerblatt hinzu geben und zugedeckt etwa 80 bis 90 Minuten schmoren lassen. Dabei immer wieder mit der Weinmischung aufgießen bis sie verbraucht ist.

- Mehl mit etwas kaltem Wasser anrühren, die Sauce damit eindicken und nochmals kurz aufkochen lassen.
- Preiselbeermarmelade hinzu geben und das Ragout mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Tipp:

Dazu passen Salzkartoffeln oder Semmelknödel.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 506,3 g á Portion:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
779 kcal	56,9 g	16,5 g	38,2 g	82 mg