

Geschmorter Hirschbraten mit „Tonkabohne“



Bio-Feinschmecker Rezept von Hans Gerlach
Geschmorter Hirschbraten mit „Tonkabohne“

Zutaten für 6-8 Personen: *(Zeit: 40 Minuten / Garzeit: gut 3 Stunden)*



Ca. 1,6 kg Hirschbraten aus der Keule, Salz, Pfeffer,
 2 EL Mehl, 4 EL Butter, 2 Zwiebeln, 100 g Möhren,
 3 Selleriestängel, 1 Bund Petersilie, 2 Lorbeerblätter,
 6-8 Thymianzweige, $\frac{1}{2}$ Herbaria Tonkabohne,
 1-2 TL Wacholderbeeren, 250 ml Rotwein,
 250 ml Brühe, 500 g kleine Schalotten,
 5 EL Aceto Balsamico

Das Fleisch würzen, mit Mehl bestäuben. Mit 3 EL Butter bei mittlerer Hitze 15 Minuten anbraten. **Backofen auf 160 Grad** vorheizen (Umluft 140 Grad). Zwiebeln und Möhren schälen, mit den Selleriestängeln 1 cm groß würfeln. Petersilie zupfen, hacken und beiseite stellen. Die Stängel mit Thymian und Lorbeer zusammen binden. Wacholderbeeren quetschen. Gemüse zum Braten geben, hellbraun anbraten. Kräuter und Gewürze zugeben, etwa $\frac{1}{4}$ **Tonkabohne** darüber reiben, mit etwas Rotwein ablöschen. Vollständig einkochen lassen, erneut ablöschen, den Deckel auflegen und auf der untersten Schiene im Ofen 3 Stunden schmoren. Ab und zu etwas Rotwein zugeben, so dass immer ein wenig Sauce im Bräter bleibt. Sobald der Wein verbraucht ist, Brühe nehmen. **Schalotten schälen** und halbieren. 1 EL Butter mit 1 EL **Tonkabohnen-Zucker** karamellisieren, die Zwiebeln zugeben, salzen und goldbraun braten. Mit Aceto Balsamico ablöschen, 15-20 Minuten bei schwacher Hitze glasieren, immer wieder umrühren. Falls nötig evtl. noch einen Löffel Wasser zugeben. **Braten in Scheiben schneiden**, mit den Schalotten servieren, noch etwas **Tonkabohne** frisch darüber reiben, mit Petersilie bestreuen. Dazu passen Kartoffelpüree – oder Kürbispüree mit einem Hauch Tonkabohne. **Tipp:** Dieses Rezept eignet sich auch für Rinderbraten, z.B. aus der Schulter.

Viele leckere Rezepte finden Sie unter www.bio-feinschmecker.de
 Herbaria Kräuterparadies GmbH, Hagnbergstraße 12, 83730 Fischbachau

