

# Wilde Zeiten



## Leckere Rezepte zur Wildsaison





## Liebe Leserinnen und Leser,

Wildfleisch schmeckt gut und ist aufgrund seiner regionalen Herkunft ein nachhaltiges und qualitativ hochwertiges Lebensmittel. Fleischermeisterinnen und Fleischermeister aus Schleswig-Holstein, Hamburg, Niedersachsen und Bremen arbeiten eng mit Jägerinnen und Jägern aus der Region zusammen. Wenn es um den wilden Geschmack geht, sind unsere Kolleginnen und Kollegen vor Ort Ihre ersten Ansprechpersonen.

Laut einer Studie des Deutschen Jagdverbandes (DJV) aus dem Jahr 2020 gaben 55 Prozent der Befragten an, mindestens einmal im Jahr Wild zu essen. Die Zahl dürfte seitdem nochmals gestiegen sein. Wild-Fans schätzen vor allem den einzigartigen Geschmack, die unkomplizierte Zubereitung und den vielfältigen Genuss. Wildbret ist zudem mager und cholesterinarm.

Blättern Sie durch diese Broschüre und entdecken Sie tolle, einfache Rezepte, die sich aus Wildbret zaubern lassen. Erfahren Sie Wissenswertes rund um Jagd und Wild.

Roland Lausen  
Landesinnungsmeister  
Fleischerverband Schleswig-Holstein

Herbert Dohrmann  
Landesinnungsmeister  
Niedersachsen/Bremen

Dirk Hübenbecker  
Obermeister  
Fleischerinnung Hamburg



Die in Europa am weitesten verbreitete Schalenwildart heißt weidmännisch korrekt Rehwild. Im Vergleich zu Rot- und Damwild ist es deutlich kleiner. Bret vom Reh gehört zu den beliebtesten Wildsorten. Es ist kurzfasrig, sehr mager und von dunkelroter Farbe.

Das typische Wildaroma ist beim Reh am stärksten. In der Küche wird besonders das Fleisch von Jungtieren für Kurzgebratenes, wie zum Beispiel Steaks, geschätzt. Bret von Ricken und Böcken wird aufgrund der größeren Struktur häufig geschmort. Beliebte Teilstücke sind Rücken und Keule. In Kombination mit Pfeffer, Liebstöckel, Majoran, Thymian, Rosmarin, Petersilie, Lorbeer, Piment, Nelke, Muskat, Wacholderbeere und Paprika wird daraus ein wundervoller Sonntagsschmaus.

## Rosa Rehrücken gebraten

*für 4 Persone*

600 g Rehrücken  
Salz und Pfeffer  
Sonnenblumenöl  
Wacholderbeeren  
2–3 Zweige Rosmarin  
1 Apfel  
2 EL Butter  
3 Zweige Majoran

Das Wildbret rundum salzen und pfeffern. Die Wacholderbeeren zerdrücken und beides gemeinsam in Sonnenblumenöl anbraten. Für 20 Minuten bei 120°C (Umluft) im Ofen fertig braten. Den Apfel waschen, vierteln und das Kerngehäuse entfernen. Die Viertel jeweils in drei Spalten schneiden und in der Butter goldbraun braten, leicht mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Rehrücken und die Apfelspalten anrichten. Zum Schluss mit gezupften Majoran-Blättern garnieren.





# Wildschwein

Das Fleisch von Frischlingen (Jungtiere im ersten Lebensjahr) und Überläufern (Jungtiere im zweiten Lebensjahr) ist hellrot und aromatisch. Im Gegensatz zu anderem Wildbret ist der Fettanteil von Wildschweinfleisch relativ hoch. Es kann sehr gut für Gulasch und andere Schmorgerichte verwendet werden.

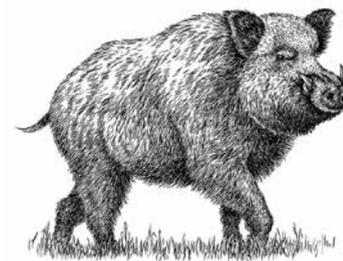
## Wildschweingulasch

z. B. „klassisch“ mit Preiselbeeren, Spätzle und Pilzen (Pfifferlingen)

*für 4 Personen*

1,5 kg Wildgulasch  
Salz und Pfeffer  
Sonnenblumenöl  
1 Suppenbund  
Wacholderbeeren  
Tomatenmark  
2 EL Mehl  
1 l Wildfond

Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Mit zerdrückten Wacholderbeeren scharf in Öl anbraten. Suppenbund in feine Würfel schneiden und ebenfalls im Topf anbraten. Ungefähr 2 EL Tomatenmark hinzugeben. Das Fleisch und Gemüse mit dem Mehl bestäuben und mit dem Wildfond auffüllen. Aufkochen und bei kleiner Temperatur für ca. 90 Minuten köcheln lassen. Nach 90 Minuten prüfen, ob das Fleisch schon weich ist. Sonst die Garzeit verlängern. Das Gulasch abschmecken und z. B. mit Spätzle, Pilzen sowie Preiselbeeren servieren.





## Rund um die Jagd



Fleischermeister und Jäger Martin Lohff aus Travemünde teilt sein Wissen gern mit Kundinnen und Kunden.

Das Fleisch von Wildtieren bezeichnet man auch als Wildbret. Nicht zu verwechseln mit dem Brät (Wurstteig), das zur Wurstherstellung verwendet wird.

Im Jagdjahr 2020/2021 haben 403.420 Personen einen Jagdschein besessen. 6.006 mehr als in der Vorsaison. Auch viele Fleischerinnen und Fleischer besitzen eine solche Berechtigung.

Die größten Vorkommen von Damwild finden sich heute in Schleswig-Holstein, Mecklenburg-Vorpommern und Brandenburg.

Die wichtigste und zeitaufwendigste Aufgabe eines jeden Jägers ist die Hege, also der Erhalt der Artenvielfalt. Das eigentliche Jagen macht den geringsten Teil der Jägerpflichten aus.



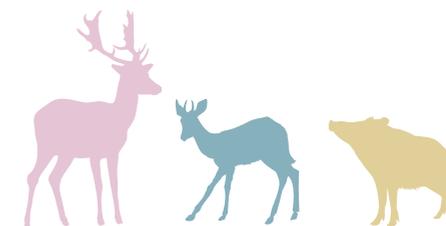
FLEISCHERVERBAND NORD

[www.fleischer-nord.de](http://www.fleischer-nord.de)



## Wildbratwurst

im Brötchen mit frischem Rotkohlsalat und Quittenchutney



### Rotkohlsalat

Den Rotkohl in feine Streifen schneiden und mit Salz und Zucker verkneten. Pfeffer hinzugeben und mit etwas Essig und Öl anmachen.

### Chutney

Die Quitte schälen, entkernen und in feine Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und ebenfalls würfeln. Zwiebel und Quitte in Olivenöl anschwitzen. Senfkörner und Chiliflocken dazugeben. Apfelsaft angießen und aufkochen. Mit Salz abschmecken. Alles einkochen lassen, bis die Flüssigkeit verzogen ist (dickflüssig).

Die Wurst in Öl anbraten. Das Brötchen etwas mehr als zur Hälfte längs aufschneiden. Mit der Wurst, dem Rotkohlsalat und dem Chutney belegen. Dazu passt auch Feigen-senf.

für 4 Personen

4 Wildbratwürste  
4 Brötchen nach Wahl  
Kleiner halber Rotkohlkopf  
Salz und Pfeffer  
Zucker  
Weißweinessig  
Sonnenblumenöl

Quittenchutney

1 Quitte  
1 rote Zwiebel  
Olivenöl  
1 TL Senfkörner  
1 TL Chiliflocken  
250 ml Apfelsaft  
Salz



## Damwild

**D**amwild wechselt die Fellfarbe zweimal im Jahr. Im Sommer ist das Fell rot-braun mit einem schwarzen (Aal-)Strich auf dem Rücken und weißen Flecken. Im Winter wird das Fell typischerweise graubraun, und die Flecken sind kaum noch zu erkennen.

Erwachsene männliche Tiere werden Damhirsche genannt. Damhirsche sind kleiner als Rothirsche und ihr Geweih ist schaufelförmig. Im Frühjahr wird es abgeworfen. Weibliches Damwild, Dam-Tier genannt, ist zierlicher als seine männlichen Artgenossen.

Damwildbret wird häufig als „Wild für Anfänger“ bezeichnet. Der Grund: Der typische Wild-Geschmack ist nicht so ausgeprägt wie etwa beim Reh. Das Fleisch ist rötlich-braun, feinfaserig und mager.

### Gebratenes Damwildfilet

mit rotem Feigensenf und Feldsalat

*für eine Person*

150 g Damwildfilet  
Salz und Pfeffer  
Sonnenblumenöl  
100 g Feldsalat  
Roter Feigensenf

*Vinaigrette*

Nussöl  
Himbeeressig  
Preiselbeeren  
Salz und Pfeffer

Das mit Salz und Pfeffer gewürzte Damwildfilet in Sonnenblumenöl scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen und für 10 Minuten bei 120°C (Umluft) im Ofen fertig garen. Feldsalat putzen, waschen, schleudern. Aus dem Nussöl, dem Himbeeressig und den Preiselbeeren eine Vinaigrette rühren.





**FLEISCHERVERBAND NORD**



Eine Aktion deines Fleischermeisters  
und des Fleischerverbandes Nord e.V.  
Telefon (040) 350 70 400  
[info@fleischer-nord.de](mailto:info@fleischer-nord.de)  
[www.fleischer-nord.de](http://www.fleischer-nord.de)