



Sauerbraten vom Reh mit Spitzkohlröllchen

Das Gericht besticht durch die Zartheit und das Aroma des Reh-Sauerbratens. Die Sauce mit Frucht- und Schoko-Unterstützung ist bestechend. Die geschmorten Spitzkohlröllchen mit vegetarischer Linsen-Reisfüllung sind nicht nur modern und gesund, sondern überaus zeitgemäß. Sie passen perfekt zu dem mürb-zarten Sauerbraten mit der cremigen Sauce.

Die Marinade

Die Gemüse zunächst in ca. 1 bis 2 cm Würfel schneiden. Wein und Essig mit der Hälfte der geschnittenen Gemüse und den Gewürzen aufkochen. Den Sud abkühlen lassen. Das Fleisch mit dem Sud in einer passenden Schüssel bedecken. Man kann es auch in einen ausreichend großen Gefrierbeutel legen, den man täglich einmal wendet und lässt das Ganze in Ruhe im Kühler ziehen.

Der Braten

Das Fleisch vor dem Braten aus der Marinade nehmen, mit Küchentuch abtupfen und den Sud durch ein Sieb gießen. Sein Anteil des Gemüses hat nun seinen Dienst getan, und ich verabschiede mich dankend. Das Fleisch kräftig anbraten, dabei rundherum salzen. Wenn



es ausreichend Bratspuren bekommen hat, die zweite Hälfte der Gemüswürfel hinzufügen. Mit etwas Mehl bestäuben, anrösten und die aufgefangene Marinade nach und nach angießen. Immer ein wenig einreduzieren lassen, damit eine kräftige Sauce entstehen kann. Die passierten Tomaten und zerbröselten Pumpernickel hinzufügen. Falls erforderlich, mit Brühe aufgießen, bis das Fleisch fast bedeckt ist.

Das Fleisch im Backofen bei ca. 120 °C Umluft schmoren, bis es zart und mürbe ist. Das ist einfacher als es in dem Bräter auf dem Herd zu beaufsichtigen. Immer wieder eine Garprobe machen. Die Garzeit richtet sich nach Beschaffenheit und Größe des Fleischstücks. Wer auf Nummer sicher gehen möchte, bereitet das Fleisch am Vortag, oder am Vormittag für die Abendgäste zu. Es wird durch behutsames Aufwärmen nur noch besser.

Gegen Ende der Garzeit Schokolade in die Sauce reiben, Gelee unterheben, mit einem kleinen Schuss Balsamico abschmecken und mit der kalten Butter montieren. Nun ist die Sauce herrlich tief im Geschmack, Süße und Säure sind harmonisch austariert. Optisch ist die Sauce ein Highlight und glänzt ganz wundervoll.

Die Spitzkohlröllchen

Die blanchierten Kohlblätter auf Küchenkrepp abtupfen. Danach zwischen Krepp mittels eines Nudelholzes plattieren, so dass sie gefügiger werden und sich später besser aufwickeln lassen. Die Blattanteile des restlichen Kohls fein herunterschneiden, zuvor die Strünke großzügig entfernen. Die Kohlstreifen im Butterschmalz kräftig anbraten. Gewürze und Chili hinzufügen, kurz mit anschwitzen. Abkühlen lassen.

Tipp: Kohl recht kräftig anbraten, so dass man beinahe denkt, er sei angebrannt. Hierdurch bekommt er einen typischen, süßlichen Geschmack. Ganz anders, als wenn man ihn kocht, denn dann kommt das „Kohlige“ nach oben. Einfach mal ausprobieren.

Den angebratenen Kohl mit Reis, Linsen, Rosinen, Chili und gehackten Kräutern mischen. Mit Salz, Pfeffer und reichlich Limettenabrieb abschmecken. Entweder von Hand in die Kohlblätter füllen, oder besser noch, mittels eines Spritzbeutel

mit großer Tülle aufdressieren.

Kohlblätter mit leichtem Druck einrollen, dabei die Blätter von den Seiten her umklappen, damit die Füllung nicht entfleucht. Im Dampfgarer temperieren, und später in Butter arosieren. Wer über keinen Dampfgarer verfügt, legt die Röllchen auf der Nahtstelle in eine Bratpfanne und gart sie bei moderater Temperatur. Oder packt sie für bis zu 10 Minuten in den auf 220 °C vorgeheizten Backofen. Einige Limetten- oder Zitronenscheiben obendrauf gepackt, machen sich gut. Zum Servieren schräg anschneiden, damit man den Inhalt sehen kann.

Mit angerösteten Mandelstiften bestreuen. Ein Klacks gekräuterter Vollfettjoghurt, oder auch mit Gurke angereicherter „Tsatsiki“ verbessert das Geschmackserlebnis, weil er Frische schenkt und die weite Welt in das Gericht bringt.

Tipp: Ein kleiner Pilzsalat vervollständigt das herbstlich-winterliche Walderlebnis.

Zutaten

Für 8 bis 10 Portionen

Die Marinade

Menge	Zutat
1 Flasche	Rotwein
¼ l	Rotweinessig (Bio-Qualität)
1	Metzgerzwiebel
2 mittelgroße	Möhren
1 Stange	Lauch
½ Knolle	Sellerie
4	frische Lorbeerblätter
8	Wacholderbeeren
4 bis 6	Nelken
1 Stange	Zimt
1 Stück	Sternanis
2 EL	schwarze Pfefferkörner
1 EL	Senfsaat (kurz angeröstet)
1 TL	Kardamomkapseln (angemörsert)

Der Braten

Menge	Zutat
2 kg	Rehkeule
2 EL	Butterschmalz
1 EL	Mehl
1 Tetrapack	passierte Tomaten
50 g	Pumpernickel
2 bis 3 EL	schwarzes Johannisbeergelee
50 g	Butter
1 Schuss	Aceto balsamico (zum Abschmecken)
3 bis 4 Ecken	dunkle Bitterschokolade (ca. 70 % Kakao)
1 Hand voll	kurz angeröstete Mandelsplitter

Die Spitzkohlröllchen

Menge	Zutat
1 mittelgroßer	Spitzkohl (äußere Blätter, blanchiert)
Restlicher Kohl	feinst geschnitten
1 Zwiebel	fein geschnitten
2 Zehen	Knoblauch, fein geschnitten
2 EL	Butterschmalz
½ TL	Kurkuma und Kreuzkümmel
1 Tasse	gegarte rote Linsen
1 Tasse	gegarter Reis der Wahl
1 halbe Hand voll	eingeweichte Rosinen oder Sultaninen (grob gehackt)
1 bis ½	Chilischote (fein gehackt)
1	Bio-Limette
Eine Hand voll	Kräuter (z. B. Minze, Koriander, Dill grob gehackt)
	Salz, Pfeffer