



Frischlingssauerbraten mit Maronen, Ingwer und Kuvertüre

- **Portionen:** 4-5
- **Vorbereitungszeit:** 25m
- **Zubereitungszeit:** 30m
- **Fertig in** 55m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '55', 'cook_time' : '30m', 'prep_time' : '25m', 'servings' : '4-5', 'yield' : " } });
```

Jagdessen oder Familiengericht mit raffinierter Zubereitung, toller Sauce, einfach einmal ausprobieren

Zutaten

- 1,3 kg Frischlingskeule mit Knochen, küchenfertig
- 3 - 4 El Rapsöl
- 1 Tl Tomatenmark
- 200 g T K - Maronen
- 30 g Butter
- 50 g Honig
- 20 g Zartbitter - Kuvertüre
- Für die Marinade:
 - 100 g Möhren, sehr grob gewürfelt
 - 100 g Zwiebeln, sehr grob gewürfelt
 - 2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt
 - 30 g frischer Ingwer, fein gewürfelt
 - 4 Lorbeerblätter
 - 3 Stiele Thymian
 - 1 Tl Pfefferkörner
 - 1 Tl gemahlener Piment
 - 5 El Rotweinessig
 - 2 Tl Zucker
 - 400 ml Wasser
 - Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitungsart

Schritt1

Am Vortag, aus den Marinadenzutaten einen würzigen Sud aufkochen und pikant, fast ein wenig

„überwürzt“ abschmecken.

Schritt2

Das Fleisch waschen, trocken tupfen, ev. noch etwas parieren.

Schritt3

Marinade und Fleisch in einen ausreichend großen Gefrierbeutel geben, fest verschließen, marinieren lassen.

Schritt4

Heraus nehmen, trocken tupfen in heißem Rapsöl von allen Seiten anbraten, zunächst heraus nehmen.

Schritt5

Das Einlegegemüse mit den Gewürzen mit anbraten auch das Tomatenmark mit anschwitzen. Mit der Hälfte der Beize ablöschen, aufkochen und das Fleisch wieder hinein geben.

Schritt6

Den Backofen auf 170 ° C ohne Umluft vorheizen.

Schritt7

Ca. 1 ¾ Stunden auf die mittlere Schiene des Backofens stellen, nach und nach die restliche Marinade nach gießen.

Schritt8

Danach prüfen, heraus nehmen und in Alifolie warm halten.

Schritt9

Den Bratenfond durch ein Küchensieb passieren, auf ca. 300 ml reduzieren und die Schokolade zerfallen lassen, nachschmecken.

Schritt10

Die Butter mit dem Honig schmelzen lassen und die Maronen dazu geben, etwas zusammen glacieren lassen.

Schritt11

Anrichtevorschlag:

Schritt12

Die in Scheiben geschnittene Keule mit der Sauce überziehen, darüber die Maronen anrichten. Dazu passen Knödel, Teigwaren oder auch Gnocchi.

Rezeptart: Wild **Tags:** familiengericht, honig, ingwer, jagdessen, maronen, raffinierte Zubereitung

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)543
- Fett (g)23
- KH (g)29
- Eiweiss (g)53
- Ballast (g)5

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/frischlingssauerbraten-mit-maronen-ingwer-und-kuvertuere/>