

Aus der Försterküche: Wildfleischküchle (Frikadellen) mit Feldsalat



[caption id="attachment_10865" align="aligncenter" width="709" caption="Statt eingeweichter Brötchen bringen hier Quark und Haferflocken einen locker, saftigen Biss."]



[/caption]

Die Zubereitung von Fleischküchle (Frikadellen) finde ich sehr praktisch. Diese lassen sich gut und bequem in großer Menge vorbereiten und einfrieren.

Sie sind bei Bedarf schnell aufgetaut und fast unbegrenzt kombinierbar. Ob mit Püree, Teigwaren, Gemüse, Salat oder Brot, es schmeckt. Vielleicht noch ein bißchen Senf oder hausgemachtes Chutney dazu und fertig ist ein beliebtes Rezept.

Wildfleisch ist besonders aromatisch. Da harmonieren kräftige Kräuter und Gewürze. Besonders aus Keule oder Schulter, die üblicherweise lange Garzeiten brauchen, lassen sich durch das Wolfen (Zerkleinern zu Hackfleisch) schnell Spezialitäten zaubern.

Hier unsere heutige Variante saftiger Wildfleischküchle mit Feldsalat.

Zutaten

Für die Wildküchle

- 500 g Hack vom Wildfleisch (z. B. aus der Schulter oder Keule von Hirsch oder Reh)
- 50 g Quark
- 3 EL Haferflocken
- 100 g durchwachsener Speck
- 2 Zwiebeln, fein gewürfelt
- 1 kleine rote Paprika, entkernt und fein gewürfelt
- 1-2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt
- 1 Ei (L)
- 1 TL mittelscharfer Senf
- 2 Zweige Thymian, nur die Blätter, fein geschnitten
- 1 Zweig Rosmarin, nur die Blätter, fein geschnitten
- 1 Handvoll Petersilie, klein geschnitten
- 3 Wacholderbeeren (fein gemahlen)
- 2 Nelken (fein gemahlen)
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

Extra

- Etwas Öl oder Butter(schmalz) zum Anbraten

Für den Salat

- 250 g Feldsalat
- 4 EL Essig (z.B. Rotweinessig oder Brombeeressig)
- 6 EL Sonnenblumenhonig
- 1 TL Senf
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- etwas Honig zum Abschmecken

Zubereitung

1. Den Speck fein würfeln. Die Speck-, Zwiebel-, Paprika- und Knoblauchwürfel in einer Pfanne 3-4 Minuten anbraten.
2. In einer Schüssel das Wildhackfleisch mit der Speck-Zwiebelmischung, dem Ei, Senf, Quark, Haferflocken, Kräutern und Gewürzen gut vermengen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse gleichgroße Fleischküchle (Frikadellen) formen und in etwas Öl oder Butter(schmalz) in einer Pfanne bei mittlerer Hitze von beiden Seiten langsam goldbraun braten.
3. Die Zutaten für das Dressing gründlich verrühren und mit dem Feldsalat mischen.
4. Zum Anrichten den Salat auf Teller verteilen und die Wildküchle anrichten.

Tipp: Dazu schmeckt Bauerbrot, gebratenen Birnenspalten und ein Apfel- oder Birnenchutney (siehe

Rezeptdatenbank!)