



WILDE KÜCHE FÜR KINDER

HERZHAFTE WILDREZEPTE FÜR DIE GANZE FAMILIE

www.jagdverband.de



Ein Gruß aus der Küche

Kochen macht Spaß! Kinder an eine vollwertige und bedarfsgerechte Ernährung heranzuführen ist wichtig und Eltern ein großes Anliegen. Eine bewusste Ernährung fördert Gesundheit und Wohlbefinden.

Kochen mit natürlichen, frischen und regionalen Zutaten liegt im Trend. Aus guten Gründen: Naturbelassene Lebensmittel benötigen weniger Ressourcen dank kurzer Transportwege und des geringen Energieverbrauchs. Zudem sind sie frei von Zusatzstoffen.

Kochen mit natürlichen Lebensmitteln macht Sinn. Das gilt auch für Wildbret. Das Fleisch von Schwarz-, Reh-, Damwild und Co. ist ein hochwertiges, nachhaltiges Lebensmittel – gewonnen von Jägerinnen und Jägern aus der Region. Wildbret ist fettarm, bekömmlich und steckt voller Mineralstoffe, Vitamine und Spurenelemente.

Kochen ist keine Zauberei. Wir möchten Kindern und Eltern zeigen, was sie gemeinsam aus Wildbret zubereiten können – für das nächste Mittagessen, den Kindergeburtstag oder das Picknick.

Wir wünschen guten Appetit!



Für junge Wilde



Ansprechende Wildbretgerichte schmecken nicht nur Kindern, sondern sind auch gesund. Sie gemeinsam zuzubereiten macht Spaß und gibt Mädchen und Jungen ein Gefühl dafür, wo Lebensmittel herkommen. Wir geben tolle Anregungen für gemeinsame Koch-Aktionen.

Gestern schmeckte Möhrengemüse mit Frikadellen noch, am nächsten Tag be streitet der Nachwuchs, Karotten und Hackfleisch je in seinem Leben gegessen zu haben, und verkün-

det, sich von Stund an nur noch von langen, dünnen Nudeln mit Tomatensoße ernähren zu wollen. Eltern kennen das. Neben Engelsgeduld und der Hoffnung, diese Phase schnell zu überstehen, gibt es auch andere Möglichkeiten, Tochter und Sohn das Essen schmackhafter zu machen.

Es ist eine Binsenweisheit: Wenn Kinder bei der Zubereitung der Mahlzeiten mithelfen dürfen, schmeckt ihnen das Selbstgekochte und -gebratene besonders gut. Und Handgriffe, wie das Fleisch für die Hackbällchen zu kneten oder Gemüse zu schnippeln, können auch schon die Kleinen.

Mit Kindern gemeinsam kochen und essen, stärkt die Familienbande und trägt zu einer gesunden Ernährung bei. Dabei können Eltern bewusst gesunde und frische Lebensmittel einsetzen und vermitteln so ganz nebenbei die Vorteile einer ausgewogenen Ernährung im Alltag.

Übrigens, wenn es schnell gehen muss: einfach mal einfrieren! Das klappt auch mit Wildbret wunderbar. So kann auf Convenience-Produkte locker verzichtet werden, denn diese enthalten meist zu viel Fett und Zucker und können Übergewicht oder sogar Fettleibigkeit verursachen.





Eine Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (KiGGS Welle 2, 2014–2017) des Robert Koch-Instituts zeigt, dass 15,4 Prozent der drei- bis 17-jährigen Kinder und Jugendlichen übergewichtig sind; fast sechs Prozent sind adipös. Damit erhöht sich auch das Risiko, etwa an Diabetes zu erkranken. Laut der Studie verzehren die wenigsten Kinder die empfohlene Menge an Obst und Gemüse, greifen stattdessen vermehrt zu zuckerhaltigen Getränken und nehmen Kohlenhydrate in Form von isoliertem Zucker in Süßigkeiten und Weiß-

Tipp

Wildbret eignet sich
perfekt für Kinder-Hits
wie Schnitzel, Burger
und Bolognese.



mehl zu sich. Keine gute Kombination. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt nach dem Motto „Nimm 5 am Tag“ mehrere Portionen Obst und Gemüse sowie Getreideprodukte in der Vollkornvariante. Die Auswahl kann mit tierischen Lebensmitteln ergänzt werden.

Kinder-Hits aus Wildbret

Zu diesen gesunden Lebensmitteln gehört auch Wildbret. Es ist sehr mager, weil sich die Tiere viel bewegen und das Fleisch somit wenig Fett und viel Muskelanteil enthält – das schmeckt Kindern meist sehr gut. Auch die in Wildbret enthaltenen Mineralstoffe, zum Beispiel Zink, Selen, Eisen und Kupfer, aber auch Omega-3-Fettsäuren und Vitamine der B-Gruppe erfüllen wichtige Aufgaben für die im Wachstum befindlichen Körper.

Wildbret lässt sich zudem fantastisch zu Kinder-Hits wie Schnitzeln, Burgern und Bolognese verarbeiten. Auch wer nicht selbst jagt, kann dieses nachhaltige Lebensmittel auf den Tisch bringen. Auf www.wild-auf-wild.de lassen sich lokale Wildbretanbieter über die Postleitzahlensuche einfach finden.





Tipp

Natürlich passen auch
Reis oder Bandnudeln
prima dazu.



Geschnetzeltes

vom Hirsch mit Spätzle

1. Schalotten für Geschnetzeltes schälen und in Spalten schneiden. Champignons mit einem Pinsel putzen, eventuell kurz waschen, gut abtropfen lassen. Je nach Größe halbieren oder vierteln.

2. Fleisch mit Küchenpapier trocken tupfen. Schnitzel quer zur Fleischfaser in ca. 1 cm dicke Streifen schneiden. Sollten die Schnitzel sehr breit sein, vorher einmal der Länge nach halbieren.

3. 1 EL Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Nur so viele Fleischstreifen hineingeben, dass sie nebeneinanderliegen können, sonst portionsweise anbraten. Fleisch bei starker Hitze kurz goldbraun braten, gelegentlich wenden. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und herausnehmen.

4. 1 EL Butterschmalz in der Pfanne erhitzen. Schalotten und Pilze darin anbraten. Mehl über die Pilze stäuben und anschlie-

ßend unter Rühren anschwitzen. Gemüsebrühe angießen und aufkochen. Sahne dazugießen und ca. 5 Minuten unter Rühren köcheln lassen. Soße mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Hirschfleisch untermischen und kurz erhitzen – nicht mehr kochen!

Für die Spätzle Mehl mit Eiern, 1 TL Salz und ca. 1/4 l Wasser verkneten (am besten mit einem Holzlöffel). Den Teig so lange kneten, bis er elastisch ist und Blasen wirkt. Salzwasser zum Kochen bringen. Die Temperatur so weit herunterschalten, bis das Wasser nur noch leicht siedet. Den Spätzle-Teig in kleinen Portionen auf ein nasses Holzbrett streichen, mit einem langen Kochmesser in möglichst schmalen Streifen in das Wasser schaben. Dabei das Messer immer wieder im Kochwasser anfeuchten. Sobald die Spätzle an die Oberfläche steigen, mit einer Schöpfkelle herausnehmen und sie so lange in einer Schüssel mit warmem Wasser warmhalten, bis alle Spätzle fertig sind. Abtropfen lassen und gleich servieren.

Zutaten

(für 4 Portionen)

- 500 g Geschnetzeltes vom Hirsch
- 4 Schalotten
- 250 g Champignons
- 2 EL Butterschmalz
- 1 leicht gehäufter EL Mehl
- 125 ml Gemüsebrühe
- 1 EL Zitronensaft
- 200 ml Schlagsahne
- Salz und Pfeffer

Für die Beilage

- 500 g Mehl
- 4–5 Eier
- 1/4 l Wasser
- Salz

Zutaten (für 4 Portionen)

500 g Hack vom Reh	<input type="checkbox"/>
800 g stückige Tomaten (Dose)	<input type="checkbox"/>
1 Zwiebel	<input type="checkbox"/>
2 Knoblauchzehen	<input type="checkbox"/>
1 Möhre	<input type="checkbox"/>
1 Stange Staudensellerie	<input type="checkbox"/>
3 EL Olivenöl	<input type="checkbox"/>
1 Lorbeerblatt	<input type="checkbox"/>
Salz und Pfeffer	<input type="checkbox"/>
Zucker	<input type="checkbox"/>
½ l Milch	<input type="checkbox"/>
50 g Butter	<input type="checkbox"/>
2 EL Mehl	<input type="checkbox"/>
200 g Parmesan, frisch gerieben	<input type="checkbox"/>

WildLasagne vom Reh

1. Zwiebel, Knoblauch, Möhre und Sellerie schälen bzw. putzen, alles klein würfeln. Öl erhitzen, Gemüse und Hackfleisch darin anbraten. Mit Tomaten und Lorbeerblatt zudecken 30 Minuten einkochen lassen, gelegentlich umrühren. Lorbeerblatt entfernen, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken.

2. Milch und Butter erhitzen. Mehl hinzufügen, gut verrühren und 2 Minuten kräftig kochen lassen. Vom Herd nehmen, die Hälfte des Parmesans unterziehen.

3. Backofen auf 200°C vorheizen. Eine große, feuerfeste Form mit Lasagneblättern auslegen, etwas Hackfleischsoße darauf verteilen, etwas Béchamelsoße darübergeben. Rest abwechselnd einschichten, mit Lasagneblättern und Béchamelsoße abschließen. Restlichen Parmesan darüberstreuen. Im Backofen (Mitte, Umluft 200°C) 30 Minuten backen



Tipps

Die Lasagne einfach
mit den Lieblingsgemüse-
sorten zubereiten.

Pizza

mit Wildschweinhack

1. 250 ml lauwarmes Wasser

in einen Messbecher füllen. Hefe hineinbröseln und mit einer Prise Zucker und Salz verrühren. 10–15 Minuten gehen lassen. Das Mehl in eine Schüssel geben. Flüssigkeit und Öl über das Mehl geben und mit den Knethaken des Handrührge-

räts circa 5 Minuten bearbeiten. Zum Schluss mit den Händen noch einmal wenige Minuten weiterkneten, bis der Teig geschmeidig ist. Die Teigschüssel mit einem Tuch abdecken und an einem warmen Ort etwa 40 Minuten gehen lassen. Teig halbieren und auf bemehlter Arbeitsfläche rund ausrollen.

2. Ofen auf 200 °C vorheizen. Zwiebeln schälen und würfeln. Paprika waschen und in dünne Ringe schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln andünsten, das Hackfleisch zugeben und krümelig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatenmark dazugeben und kurz mitbraten. Anschließend die Tomaten zugeben und alles ca. 10 Minuten schmoren lassen. Soße abschmecken und mit Oregano würzen.

3. Pizzateig ausrollen, die Wildschweinhackmasse verteilen, Paprikaringe, Tomaten und Mais auf der Pizza verteilen. Käse darüberstreuen und im Ofen etwa 10–15 Minuten backen. Mit Basilikum garnieren.



Zutaten

(für 4 Portionen)

- 250 ml lauwarmes Wasser
- 500 g Mehl und etwas zur Teigverarbeitung
- 1 Würfel Hefe
- 1 TL Salz
- 1 Prise Zucker
- 2 EL Öl

Für den Belag

- 500 g Wildschweinhack
- 400 g stückige Tomaten (Dose)
- 2 EL Olivenöl
- 2 Zwiebeln
- 1 kleine Dose Mais
- 1 gelbe Paprika
- 2 Tomaten
- 150 g Pizzakäse, gerieben
- frisches Basilikum
- 1 EL Oregano
- 1 EL Tomatenmark
- Salz und Pfeffer

Zutaten (für 4 Portionen)

400g Rehhackfleisch	<input type="checkbox"/>
75g Speck	<input type="checkbox"/>
80g Toastbrot, ohne Rinde	<input type="checkbox"/>
100ml Milch	<input type="checkbox"/>
2 Eier	<input type="checkbox"/>
300g Reis	<input type="checkbox"/>
4 Karotten	<input type="checkbox"/>
2 kleine Zucchini	<input type="checkbox"/>
200g frische Champignons	<input type="checkbox"/>
1 Zwiebel	<input type="checkbox"/>
Öl zum Braten	<input type="checkbox"/>
etwas Gemüsebrühe	<input type="checkbox"/>
2TL Senf	<input type="checkbox"/>
½ TL getrockneter Majoran	<input type="checkbox"/>
1 EL frische Petersilie	<input type="checkbox"/>
2 EL Semmelbrösel	<input type="checkbox"/>
1 unbehandelte Zitrone	<input type="checkbox"/>
Salz und Pfeffer	<input type="checkbox"/>

Rehfrikadellen mit Gemüsereis

1. Das Rehfleisch und den Speck durch die feine Scheibe des Fleischwolfs treiben. Anschließend das Rehhack mit dem eingeweichten, gut zerkleinerten Toastbrot, Milch, Eiern, Semmelbröseln, Senf, Majoran und Petersilie gut vermengen. Mit dem Schalenabrieb einer halben Zitrone, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

bel und Champignons anbraten. Mit 4 EL Gemüsebrühe ablöschen. Gemüse abgießen und zu den Zutaten in die Pfanne geben. Reis abgießen und ebenfalls hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Noch etwas köcheln lassen.

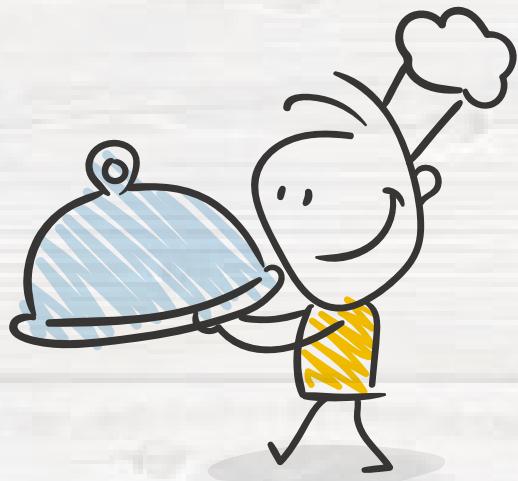
2. Aus der Masse gleich große Frikadellen formen, von beiden Seiten in Öl anbraten. Für 20–30 Minuten bei 160°C in den Ofen geben, so bleiben sie innen schön rosa.

3. Währenddessen den Reis kochen. Gemüse klein schneiden. Die Karotten in etwas Gemüsebrühe bissfest garen. Die Zucchini zugeben und kurz mitgaren. In einer Pfanne Zwie-



Tipp

Das Hack mit den Zutaten per Hand zu vermischen, macht Kindern besonders großen Spaß.





Tipp

Statt eines Fleischklopfers
geht auch ein Nudelholz
oder eine Pfanne.



Wildschweinschnitzel

mit selbst gemachten Pommes

1. Ein Backblech mit Fett aufsaugendem Backpapier auslegen.

2. Die Kartoffeln mit dem Sparschäler schälen, zuerst in Scheiben, dann in Stifte schneiden. Die Stifte in gesalzenem Olivenöl wenden, gleichmäßig auf das Backblech legen.

3. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C auf der mittleren Schiene für ca. 40 Minuten ausbacken, mehrmals zwischendurch wenden. Je nach Geschmack etwas nachsalzen.

4. Die Fleischscheiben mit dem Fleischklopfer dünn klopfen. Dies gelingt am besten, wenn man die Fleischscheiben jeweils mit etwas Olivenöl bestreicht und in einen Gefrierbeutel legt. Anschließend die Schnitzel aus dem Beutel holen, mit Salz und Pfeffer würzen. Ei(er) verschlagen und kräftig mit Salz abschmecken. Fleischscheiben von beiden Seiten in Mehl wenden, durch die verschlagene Eimasse ziehen und in die Semmelbrösel legen. Panade

vorsichtig festdrücken. In heißem Butterschmalz schwimmend braten und regelmäßig wenden. Sind die Schnitzel goldbraun, dann herausnehmen und auf Küchenpapier kurz abfetten lassen. Mit Zitronenscheiben servieren.

5. Dazu schmeckt ein grüner Salat mit Zitronendressing.



Zutaten

(für 4 Portionen)

- 500 g Wildschweinfleisch aus der Keule
- 1–2 Eier für die Panade
- Mehl
- Semmelbrösel
- Salz und Pfeffer
- Butterschmalz
- 1 Zitrone

Für die Pommes

- 800 g große Kartoffeln
- Salz
- Olivenöl

Zutaten (für 4 Portionen)

4 Fasanenbrüste	<input type="checkbox"/>
1 Bund Suppengrün	<input type="checkbox"/>
1 Zwiebel	<input type="checkbox"/>
175 g gekochte Spargelstücke	<input type="checkbox"/>
150 g Champignons	<input type="checkbox"/>
1 Lorbeerblatt	<input type="checkbox"/>
2 Gewürznelken	<input type="checkbox"/>
25 g Butter	<input type="checkbox"/>
30 g Mehl	<input type="checkbox"/>
4 EL Apfelsaft	<input type="checkbox"/>
1 EL Zitronensaft	<input type="checkbox"/>
1 TL Zucker	<input type="checkbox"/>
2 Eigelb	<input type="checkbox"/>
4 EL Sahne	<input type="checkbox"/>
Salz und Pfeffer	<input type="checkbox"/>
Worcestersoße	<input type="checkbox"/>

Fasanenfrikassee mit Spargel

1. Die Fasanenbrüste kalt abspülen und sauber parieren. Suppengrün und Zwiebel waschen, putzen und grob würfeln. 1 Liter Salzwasser zum Kochen bringen; Suppengrün, Zwiebel, Lorbeerblatt und Gewürznelken hinzugeben. Fasanenbrüste dazugeben und gar kochen. Fleisch aus der Brühe nehmen und beiseitelegen. Sud durch ein Sieb gießen und 500 ml davon abmessen. Fleisch in grobe Würfel schneiden.

2. Spargelstücke in einem Topf mit etwas Wasser gar kochen. Herausnehmen und beiseitelegen. Champignons halbieren und in einer Pfanne mit etwas Öl anrösten. Butter in einem Topf zerlassen, Mehl dazugeben und unter Rühren erhitzen, bis es hellgelb wird. Fasanenbrüste zur Mehlschwitze geben und mit dem Schneebesen durchquirlen. Darauf achten, dass es keine Klumpen gibt. Soße zum Kochen bringen und ca. 5 Minuten köcheln lassen.

3. Champignons, Fleisch und Spargel in die Soße geben. Apfelsaft, Zitronensaft und Zucker hinzufügen. Eigelb mit Sahne verrühren und unter das Frikassee geben. Mit Salz, Pfeffer, Worcestersoße und Zitronensaft abschmecken.





Tipp

Das hat das Zeug zum
neuen Leibgericht –
und ruckzuck geht es
auch noch!

Wildwürste

mit Möhren-Gemüse

1. Die Möhren putzen, schälen (oder gut abschaben) und in Scheiben schneiden. In einen Topf geben, knapp mit Wasser bedecken, mit Salz und Zucker würzen und in 7–8 Minuten bissfest garen.

2. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Bratwürste von beiden Seiten braun anbraten. Bei geringer Hitze gar kochen. Etwas salzen und pfeffern.

3. Möhren in ein Sieb abgießen, das Kochwasser auffangen. Zwiebel in heißer Butter andünsten, das Mehl einrühren. Etwas Möhrenkochwasser und so viel Milch zugießen, dass eine sämige Mehlschwitze entsteht. 2 Minuten köcheln lassen und mit etwas Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Die abgetropften Möhren und die Petersilie unterrühren. Dazu passen am besten Petersiliengemüse.

Zutaten

(für 4 Portionen)

- 4 Wildbratwürste
- 1 Bund junge Möhren
- 1 kleine Zwiebel
- 2 EL Öl
- ½ TL Zucker
- 2 EL Butter
- 1 EL Mehl
- ca. 1/8 l Milch
- Salz und Pfeffer
- Muskatnuss,
frisch gemahlen
- 2 EL gehackte Petersilie

Zutaten (für 4 Portionen)

600 g Wildschweinhack	<input type="checkbox"/>
120 g Zwiebelringe, rot	<input type="checkbox"/>
8 Scheiben Cheddar	<input type="checkbox"/>
8 Scheiben Apfel, ca. 3–4 mm stark	<input type="checkbox"/>
4 Burger Buns (Hamburger Brötchen)	<input type="checkbox"/>
4 Blätter Blattsalat	<input type="checkbox"/>
15 g Butter	<input type="checkbox"/>
10 g Honig	<input type="checkbox"/>
1 TL Salz	<input type="checkbox"/>
1 TL Pfeffer	<input type="checkbox"/>
1 TL Paprikagewürz	<input type="checkbox"/>
½ TL Kreuzkümmel	<input type="checkbox"/>
50 ml Olivenöl	<input type="checkbox"/>
1 TL Rosmarin, getrocknet	<input type="checkbox"/>
4 EL süße Senfsoße	<input type="checkbox"/>

Cheeseburger

vom Wildschwein mit Apfelringen

1. Wildschweinhack mit Salz, Pfeffer, Paprika und Kreuzkümmel würzen und gut durchmischen. Anschließend zu vier flachen Patties formen. Auf einen mit Klarsichtfolie bespannten Teller legen und abgedeckt 20 Minuten kühl stellen.

4. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen. Apfelscheiben bei mittlerer Hitze von beiden Seiten jeweils 1–2 Minuten braten. Brötchen halbieren. Apfelscheiben aus der Pfanne herausnehmen und Brötcheninnenseiten darin für jeweils 20 Sekunden pro Seite rösten und mit Rosmarin sowie Salz bestreuen. Brötchenunterhälften mit Senfsoße bestreichen. Mit der Wildschweinfrikadelle, den Apfelscheiben, Zwiebelringen und Salat belegen, mit den Brötchenoberhälften abdecken.

2. In der Zwischenzeit die Zwiebelringe in einer Pfanne in Butter anschwitzen. Dann den Honig dazugeben und alles bei kleiner Hitze 10 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salat putzen, gut waschen und trocken schleudern.

3. Eine Grillpfanne mit 20 ml Olivenöl ausreiben und erhitzen. Anschließend die Patties bei hoher Hitze auf beiden Seiten scharf anbraten. Patties in der Pfanne wenden, danach das Fleisch mit jeweils zwei Scheiben Cheddar belegen. Anschließend Hitze reduzieren und die Patties gar ziehen lassen.





Tipp

Das Tolle an Burgern:
Die Zutaten lassen
sich super individuell
kombinieren!





Tipp

Gemeinsam ein richtiges
Festessen kochen?
Mit diesem Rezept gar
kein Problem!



Rehmedaillons

in Rahmpfeffersoße

1. Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Kohlrabi schälen und in Streifen schneiden. Erbsen waschen. Möhren und Kohlrabi in kochendem Salzwasser 5 Minuten blanchieren, dann die Erbsen hinzufügen. Weitere 5 Minuten kochen lassen. Über ein Sieb abgießen, sofort in Eiswasser abschrecken und gut abtropfen lassen.

2. Den Rehrücken waschen, trocken tupfen und parieren. In zwölf gleich große Medaillons teilen. Das Öl heiß werden lassen. Medaillons darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Von beiden Seiten ca. 3–4 Minuten braten. Herausnehmen und in Alufolie gewickelt warmhalten. Den Bratensatz mit Wildfond ablöschen, kurz reduzieren lassen. Anschließend Sahne und Pfefferkörner hinzufügen, mit Salz würzen. Circa 10 Minuten köcheln lassen.

3. Währenddessen das Gemüse in etwas zerlassener Butter anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. In jeweils einer kleinen Servierpfanne drei Rehmedaillons mit der Soße und dem Gemüse anrichten.

Zutaten

(für 4 Portionen)

- 800 g Rehrücken
- 3 Möhren
- 1 Kohlrabi
- 250 g frische grüne Erbsen
- 3 EL Öl
- 150 ml Wildfond
- 250 ml Sahne
- 2 EL grüne Pfefferkörner
- 30 g Butter
- Salz und Pfeffer



Zutaten (für 4 Portionen)

500 g Rotwildhack

1 Ei

250 ml Sahne

3 EL Semmelbrösel

1 Zwiebel

50 g Butter

2 EL frisch gehackte
glatte Petersilie

Salz, Pfeffer und Piment

2 EL Mehl

250 ml heiße Fleischbrühe

1 TL mittelscharfer Senf

1 EL Zitronensaft

Für das Kartoffelpüree

800 g mehligkochende
Kartoffeln

50 g Butter

100 ml Sahne

Salz, Pfeffer und
Muskatnuss zum Würzen

frisch gehackte glatte
Petersilie zum Servieren

Köttbullar

vom Rotwild

1. Das Ei in einer kleinen Schüssel mit 50 ml Sahne verquirlen. Die Semmelbrösel unterrühren und 5 Minuten quellen lassen. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Zwiebelwürfel in einer kleinen Pfanne in 1 TL der Butter bei mittlerer Temperatur glasig dünsten. Hackfleisch in eine große Schüssel geben, mit gehackter Petersilie, Salz, Pfeffer und Piment kräftig würzen. Eingeweichte Semmelbrösel und gedünstete Zwiebelwürfel dazugeben, alles kräftig vermischen. Etwa 10 Minuten ruhen lassen, dann aus der Hackmasse kleine Fleischbällchen formen.

2. Inzwischen die Kartoffeln für das Püree schälen. In einen Topf geben, mit Wasser bedecken und je nach Größe etwa 15–20 Minuten garen, bis die Kartoffeln weich sind. In einer großen Pfanne 2 EL der Butter erhitzen. Bei mittelhoher Temperatur die Fleischbällchen in zwei bis drei Portionen rundherum braun anbraten, aus der Pfanne nehmen. Noch 1 EL Butter

in die Pfanne geben und 2 EL Mehl hinzufügen. Die Mischung glatt rühren, leicht bräunen lassen. Fleischbrühe und 200 ml Sahne angießen, mit einem Schneebesen unterrühren, bis eine sämige Soße entsteht. Mit Senf, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Die Köttbullar in die Soße geben und offen etwa 20 Minuten leicht köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. Falls die Soße zu schnell eindicken sollte, etwas mehr Sahne angießen.

4. Inzwischen die gegarten Kartoffeln abgießen, durch eine Kartoffelpresse drücken. Restliche Butter in den Topf geben, darin schmelzen. Kartoffelmasse in den Topf geben und 100 ml Sahne angießen. Alles gut vermischen, dabei aber nicht zu lange rühren, da das Kartoffelpüree sonst schnell kleistrig wird. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss kräftig abschmecken. Mit Petersilie garnieren.

Info

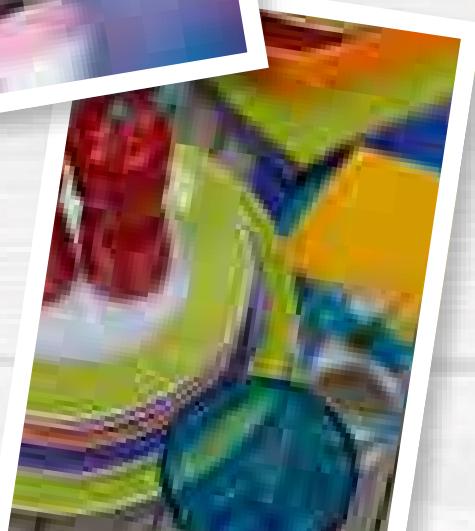
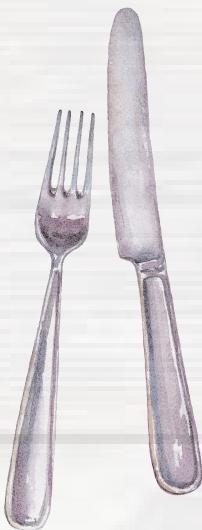
Das schwedische Wort Köttbullar bedeutet „Fleischklößchen“. Ausgesprochen wird es „schöttbullar“.



Internet

Wildbret aus Ihrer Region:

Auf der Webseite www.wild-auf-wild.de gibt es neben Rezepten, Kochvideos und vielen Informationen zu Wildbret auch mehr als 3.500 Wildbretanbieter und -restaurants. Einfach zu finden über die Postleitzahlensuche. Eine Rücksprache zur Verfügbarkeit des Wildfleisches empfiehlt sich.



Und so geht's:



Besuchen Sie die Internetseite
www.wild-auf-wild.de

Geben Sie im Feld „Wildbret“ Ihre Postleitzahl oder Adresse ein. Ihnen werden alle Jäger, Händler und Jagdgemeinschaften in Ihrer Umgebung angezeigt, die Wildbret verkaufen.



Und falls Sie einmal nicht selbst in der Küche stehen, sondern sich von Kochprofis verwöhnen lassen möchten, hilft unsere Restaurantsuche weiter. Geben Sie in das Feld „Restaurants“ Ihre Postleitzahl oder Adresse ein. Ihnen werden alle Restaurants in Ihrer Nähe angezeigt, die Wildgerichte anbieten.



Schauen Sie auch mal auf Facebook und Instagram vorbei:

[@Jagdverband.WildaufWild](#)
 [@wildaufwild.de](#)



Die Landesjagdverbände



LandesJagdverband Baden-Württemberg e.V.
Felix-Dahn-Straße 41
70597 Stuttgart
Telefon: (0711) 99 58 99-0
info@landesjagdverband.de
www.landesjagdverband.de



LandesJagd- und Naturschutzverband der Freien und Hansestadt Hamburg e.V.
Hansastraße 5
20149 Hamburg
Telefon: (040) 44 77 12
info@ljv-hamburg.de
www.ljv-hamburg.de



LandesJagdverband Berlin e. V.
Sundgauer Straße 41
14169 Berlin
Telefon: (030) 8 11 65 65
post@ljv-berlin.de
www.ljv-berlin.de



LandesJagdverband Hessen e. V.
Am Römerkastell 9
61231 Bad Nauheim
Telefon: (06032) 93 61-0
info@ljv-hessen.de
www.ljv-hessen.de



LandesJagdverband Brandenburg e. V.
Saarmunder Straße 35
14552 Michendorf
Telefon: (033205) 21 09-0
info@ljv-brandenburg.de
www.ljv-brandenburg.de



LandesJagdverband Mecklenburg-Vorpommern e. V.
Forsthof 1
19374 Parchim OT Malchow
Telefon: (03871) 63 12-0
info@ljv-mecklenburg-vorpommern.de
www.ljv-mecklenburg-vorpommern.de



LandesJägerschaft Bremen e. V.
Bahnhofstraße 12
28195 Bremen
Telefon: (0421) 3 41 94-0
info@lj-bremen.de
www.lj-bremen.de



LandesJägerschaft Niedersachsen e. V.
Schopenhauerstraße 21
30625 Hannover
Telefon: (0511) 5 30 43-0
info@ljn.de
www.ljn.de



Landesjagdverband Nordrhein-Westfalen e.V.

Gabelsbergerstraße 2
44141 Dortmund
Telefon: (0231) 28 68-600
info@lJV-nrw.de
www.lJV-nrw.de



Landesjagdverband Sachsen-Anhalt e.V.

Halberstädter Straße 26
39171 Langenweddingen
Telefon: (039205) 41 75-70
info@lJV-sachsen-anhalt.de
www.lJV-sachsen-anhalt.de



Landesjagdverband Rheinland-Pfalz e.V.

Fasanerie 1, Egon-Anheuser-Haus
55457 Gensingen
Telefon: (06272) 89 44-0
info@lJV-rlp.de
www.lJV-rlp.de



Landesjagdverband Schleswig-Holstein e.V.

Böhnhusener Weg 6
24220 Flintbek
Telefon: (04347) 90 87-0
info@lJV-sh.de
www.lJV-sh.de



Vereinigung der Jäger des Saarlandes

Jägerheim-Lachwald 5
66793 Saarwellingen
Telefon: (06838) 86 47 88-0
info@saarjaeger.de
www.saarjaeger.de



Landesjagdverband Thüringen e.V.

Frans-Hals-Straße 6 c
99099 Erfurt
Telefon: (0361) 3 73 19 69
info@lJV-thueringen.de
www.lJV-thueringen.de



Landesjagdverband Sachsen e.V.

Hauptstraße 156 a
09603 Großschirma
Telefon: (037328) 12 39 14
info@jagd-sachsen.de
www.lJV-sachsen.de



Bestellmöglichkeit:
DJV-Service GmbH
Friesdorfer Straße 194 a, 53175 Bonn
Telefon: 0228 38 72 90-0
Fax: 0228 38 72 90-25
E-Mail: info@djv-service.de
Internet: www.djv-shop.de

Umsetzung:
www.con-vergence.de
Bildnachweise:
con-vergence: S. 1-8, S. 10-11, S. 13-14, S. 16-17, S. 19-20,
S. 23-27
Adobe Stock: S. 6, S. 13, S. 18, S. 21
iStock: S. 8, S. 14, S. 19-20, S. 23-25
Thinkstock: S. 12, S. 15

Text:
Annette Feldmann



Deutscher Jagdverband e.V.

Vereinigung der deutschen Landesjagdverbände
für den Schutz von Wild, Jagd und Natur

Deutscher Jagdverband e.V.

Chausseestraße 37, 10115 Berlin

Telefon: (030) 2 09 13 94-0

Fax: (030) 2 09 13 94-30

pressestelle@jagdverband.de

www.jagdverband.de

Der DJV in den sozialen Medien:



Premiumpartner des DJV

Gothaer



J.P. SAUER & SOHN
ESTABLISHED 1751



AGRUBE

RETTUNGSDIENST
SEIT 1902

**SWAROVSKI
OPTIK**

FENDT

LIEMKE
THERMAL OPTICS



heintges

INEOS
GRENADIER

