






Wildrezept

Informationen für Lehrpersonen



1/4

<p>Arbeitsauftrag</p> 	<p>Im Herbst ist Wildsaison und die Speisen auf dem Teller werden vielfältiger und sehr saisonal: Welche Nahrungsmittel haben im Herbst Saison? Wie bereitet man diese zu? Die SuS kochen selbst ein Wildrezept.</p>
<p>Ziel</p> 	<p>Die SuS kennen typische Wildrezepte und Nahrungsmittel, die zu dieser Sparte gehören. Sie probieren ein neues Rezept aus und äussern sich, ob sie das Essen mögen oder nicht.</p>
<p>Material</p> 	<p>Kochutensilien gemäss Rezepten</p>
<p>Sozialform</p> 	<p>Plenum Gruppenarbeit</p>
<p>Zeit</p> 	<p>90'</p>

Zusätzliche Informationen

- Die gluschtigen Wildrezepte wurden uns freundlicherweise von der Traitafina AG zur Verfügung gestellt.

Wildrezept

Rezept



2/4

Herbst-Capuns

Für 4 Personen

80 g Wild-Salsiz

40 g Wild-Trockenfleisch oder
Bündnerfleisch

in kleine (4x4 mm) Würfel schneiden

50 g Zwiebeln

fein hacken

30 g Butter

Zwiebeln darin andünsten und abkühlen

5 g Krauseminze

120 g Weismehl

120 g Marronipüree ungesüsst

zusammen reiben

80 g Vollei

150 g Magerquark

80 ml Vollmilch

vermischen und der Mehl-Marroni-Mischung beifügen.
Zu einem leichten Teig rühren. Salsiz, Trockenfleisch, Krauseminze
und Zwiebeln hineinmischen.

Salz, Pfeffer, Muskatnuss

abschmecken

30 Mangoldblätter

waschen, in gesalzenem Wasser blanchieren, sofort mit Eiswasser
abkühlen und gut abtropfen lassen. Die Blätter auslegen und die Masse
mit einem Löffel gleich-mässig auf alle Blätter verteilen.
Blatt-Seiten links und rechts einschlagen und von unten her satt
einrollen.

50 g Zwiebeln gehackt

150 ml Vollrahm

250 ml Bouillon

40 g Preiselbeer-Gelee

aufkochen, die Capuns begeben und bei kleiner Hitze ca. 15 Min.
zugedeckt pochieren, bis sie fest sind.
Die Mangoldwickel in eine Gratinform geben, mit der Flüssigkeit
übergossen.

100 g Bündner Bergkäse, gerieben

Über die Capuns streuen und kurz überbacken.

Wildrezept

Rezept



3/4

Heu-Braten vom Hirsch

Für 4 Personen

Für 4 Portionen

600 g Hirsch-Entrecôte

Salz, Pfeffer

frisches Alp- oder Wiesenheu
ohne Düngemittel angebaut

würzen

Das Hirsch-Entrecôte darin einpacken

und in ein Bratgeschirr mit Deckel geben.

Bei Zimmertemperatur 6–8 Std. oder im Kühlschrank 24 Std. marinieren.

Im vorgeheizten Ofen bei 70 °C garen, bis eine Kerntemperatur von 60–65 °C erreicht ist (je nach Geschmack).

Das Heu entfernen, das Hirsch-Entrecôte tranchieren und servieren.

Wildrezept

Rezept



4/4

Jagd-Beutel mit Gewürzhackfleisch

Für 8 Jagd-Beutel

8 runde oder viereckige Blätter

Brick- oder Strudelteig

2 Scheiben Toastbrot

Die Rinde abschneiden und in kleine Würfel schneiden.

2 EL Milch

½ TL Chilipulver

4 Kardamomsamen

4 Szechuan Pfeffer-Körner

2 Pimentkörner

½ TL Kreuzkümmelsamen

1 EL Meersalz

frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

im Mörser zerstoßen

50 g geräucherter Bauchspeck

in kleinste Würfel schneiden und bei mittlerer Hitze knusprig braten

4 Peppadew-Schoten

in kleinste Würfel schneiden

1 Zwiebel fein gehackt

2 Knoblauchzehen fein gehackt

dazugeben und kurz mitbraten. Gewürze und eingeweichtes Toastbrot beimischen. Das Ganze bei schwacher Hitze etwa 5 Min. rühren und dann zugedeckt abkühlen lassen.

150 g Hirsch-Hackfleisch

mit der ausgekühlten Brot-Gewürz-Masse mischen.

Die Masse in 8 gleich grosse Portionen teilen und Kugeln formen.

Die Kugeln auf die Teigstücke legen, den Teig über der Füllung zusammenfassen und vorsichtig zusammendrücken.

Den Ofen auf 160 °C (Heissluft) vorheizen. Die Jagd-Beutel ca. 10–12 Min. ausbacken und warm servieren.