

Gebratene Hirschrückenmedaillons mit Thymiansauce, Apfelspalten, Maronenspitzkohl, Heidekartoffelstampf



Zutaten für 4 Personen:

- 800g Hirschrücken -schie- (ohne Sehnen)
- 1 Kopf Spitzkohl 200g Maronen (geschält und gekocht)
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 600g Heidekartoffeln
- 250g Butter
- 200ml Sahne
- 400ml Braune Grundsauce (Jus)
- 8 Zweige Thymian
- Pflanzenöl und etwas Butter zum Braten
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Kümmel, 2 Knoblauchzehen
- Weißwein zum Ablöschen
- Stärke zum Binden der Sauce

Für die Apfelspalten:

- 3 Äpfel
- 200ml Weißwein
- 100ml Apfelsaft
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Sternanis
- Salz, Zucker

Zubereitung:

- Als Erstes die Kartoffeln schälen, waschen und in gleich große Stücke schneiden. Mit ausreichend Wasser und Salz in einem Topf auf den Herd stellen.
- In der Zwischenzeit den Spitzkohl, die Zwiebeln und Maronen in feine Streifen schneiden und separat in Schalen bereitstellen.
- Für die Apfelspalten die Äpfel vierteln, entkernen und in gleichgroße Spalten schneiden. Die restlichen Zutaten in einen Topf geben, aufkochen und die Äpfel für ca. 3 Minuten mitkochen. Danach den Topf beiseitestellen und bis zum Anrichten ziehen lassen.
- Für die Soße die Jus in einen Topf geben und aufkochen. Nebenbei 6 Thymianzweige zupfen und die Blätter ggf. etwas klein schneiden. Diese in einen extra Topf geben und beiseitestellen. Wenn die Soße kocht, mit Gewürzen abschmecken und mit kaltem Wasser angerührter Stärke binden. Dann durch ein feines Sieb in den Topf mit dem Thymian passieren, alles gut miteinander verrühren und ziehen lassen.

HEIDE KOCHT

Regionale Gerichte und Zutaten aus der Lüneburger Heide



- Den Hirsch in Medaillons schneiden, mit Salz würzen und in Pflanzenöl von beiden Seiten scharf anbraten, mit Butter, Knoblauch und Thymian verfeinern und auf ein Blech legen.
- Zwischenzeitlich für den Kohl die Zwiebeln und Maronen in 150 g Butter anschwitzen, Spitzkohl zugeben, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen, mit Weißwein ablöschen und langsam gar kochen.
- Den Hirsch bei 150°C ca. 8 Minuten im Ofen fertig braten.
- In der Zeit die Kartoffeln abgießen und mit der restlichen Butter, Sahne, Salz, Pfeffer und Muskatnuss zerstampfen.

Guten Appetit wünscht

Dominik Herr
Restaurant Sonnenhügel
Zur Amtsheide 9
29549 Bad Bevensen