

## «Hirsch-Ragout»



### «Was bruchsch und via wird's gmacht»:



#### Zubereitung:

für 4 Personen

1 Zwiebel gross  
1 Knoblauchzehe  
1 kg Hirschragout (ungebeizt)  
Salz  
schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Beides klein hacken

Das Fleisch mit Küchenpapier trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer grossen Pfanne die Bratbutter erhitzen. Das Ragout darin in 3 Portionen kräftig anbraten und beiseitestellen.

2 EL Bratbutter  
1 EL Tomatenpüree

Im Bratensatz Zwiebel, Knoblauch und Tomatenpüree anrösten. Dann das Fleisch wieder beifügen.

5 dl Rotwein  
5 dl Wildfond (oder Rind)  
1 TL Lebkuchengewürz

In 3 Portionen den Rotwein dazugeben und jedes Mal sehr stark einkochen lassen.  
Zuletzt Wildfond und Lebkuchengewürz beifügen und das Ragout zugedeckt auf kleinem Feuer 2- 2½ Stunden sehr weich schmoren.

Passende Beilagen sind natürlich selbstgemachte Spätzle, Butternüdeli oder auch Serviettenknödel aus altem Brot.

**An Guata !**

**Facts zum Hirschfleisch:** Figurbewusste können sich freuen, denn Hirschfleisch gehört zu den besonders fettarmen und dafür eiweissreichen Fleischarten. Weitere Vorzüge von Hirschfleisch sind sein hoher Gehalt an B-Vitaminen, Eisen, Zink und Selen.