

ÜBER DAS BUCH











**Liebe Leserinnen und Leser,
liebe Kochbegeisterte und Jagdfreunde,**

dieses Buch richtet sich an alle Liebhaber der wilden Küche, Freunde der Jagd und an all diejenigen, die kulinarische und jagdliche Inspiration suchen. Der folgende Kurzkompas lässt Sie zielgenau durch die Menüs navigieren.

Die Rezepte und Menüs im Buch

-  haben bei allem Pfiff und aller Raffinesse ihre Wurzeln in der traditionellen (Wild-)Küche
-  sind, mit Ausnahme der Schüsseltreibenrezepte, auf vier Personen ausgelegt
-  setzen einen gewissen Grad an Kocherfahrung voraus – das Konzept des Buches ist bewusst auf Kochbegeisterte mit einem Basis-Know-how ausgerichtet
-  lassen Ihrem eigenen Gusto und Ihrer Kreativität freien Raum – greifen Sie doch einfach auch einmal nur ein

Highlight eines Menüs heraus, oder kombinieren Sie die Rezepte einzelner Menüs neu miteinander!

-  können alternativ auch mit hochwertigem konventionell erzeugtem Fleisch zubereitet werden, sollten Sie einmal keinen Zugriff auf frisches oder tiefgefrorenes Wildbret haben
-  warten mit eigens für das Buch gedrehten Interviews von Wildbret über Käse und Wein bis hin zu den richtigen Kochmessern auf, die Sie über die pointiert im Buch platzierten QR-Codes erreichen

Ich freue mich auf den Austausch mit Ihnen, auf Ihr Feedback, Ihre Fragen und auch auf Ihre persönlichen Fotos der nachgekochten Menüs. So schlägt die große Leidenschaft fürs Kochen Brücken, und vielleicht erwächst daraus ja auch eine begeisterte Kochlust- und Jagdpassion-Community. Mich würde dies freuen und inspirieren! Also seien Sie dabei: info@derjaegerkocht.de



DAS JAGDJAHR

Aller natürlicher Lebenszyklus beginnt im Frühjahr. Die Ricke setzt ihr Kitz, das Alttier sein Kalb, die Bache ihre Frischlinge, die Häsin ihre Junghasen. Die Vögel bauen Nester und hegen ihre Brut. Die Natur erwacht mit aller Kraft und Frische nach der dunklen und kargen Jahreszeit. Verständlich, dass sich das Jagdjahr nicht am Jahreskalender, sondern an der Natur orientiert. Das Jagdjahr beginnt am 1. April und endet am 31. März des Folgejahres.

Mit dem Jagdjahreswechsel wird das Kalb zum Schmaltier, das Kitz zum Schmalreh und der Frischling zum Überläufer. Aber nicht nur die bunte Jägersprache passt sich diesem Rhythmus an. Das ganze Wirken des Jägers richtet sich an diesem natürlichen Zyklus aus. Weidgerechtes Jagen zur rechten Zeit. Stets den Muttertierschutz respektierend. Die aktiven Phasen des Wildes nutzend, in den stillen Zeiten dem Wild die nötige Ruhe gönnend. Dabei immer die Auswirkungen der Jagd auf unsere Umwelt beachtend. Das sind die Richtlinien weidgerechten und zeitgemäßen Jagens.

WARUM GERADE WILDBRET?

Wildbret, das Fleisch von frei lebenden Wildtieren, ist ein gesunder, köstlicher Gaumenschmaus direkt aus unserer Natur. In Zeiten, in denen uns das Ausmaß der industriellen Tierhaltung und ihrer Folgen für unsere fragile Umwelt immer bewusster wird, gelangt dieses hochwertige, regionale Fleisch wieder stärker in den Fokus bewusster Ernährung.

Hirsch und Reh, Hase und Kaninchen, Fasan und Ente, sie alle leben bis zu ihrem Tod ein glückliches Leben. Sie bewegen sich frei und ungehindert in Wald und Flur. Sie vermehren sich zwanglos zur Erhaltung ihrer Art. Sie äsen das, was ihnen schmeckt und guttut. Sie haben sich mithilfe der Evolution optimal an ihren Lebensraum und an den Jahresrhythmus angepasst.

Ihr Fleisch ist vitamin- und nährstoffreich, cholesterin- und fettarm, reich an essenziellen Omega-3-Fettsäuren und wichtigen Spurenelementen, frei von Medikamentenrückständen und dabei äußerst wohlschmeckend.

Schon vor Urzeiten haben wir Menschen Wildbret als Nahrung genutzt. Früher als Jäger und Sammler, heute als Jäger, mit einer zeitgemäßen und fundierten Ausbildung. Der Jäger achtet auf einen artenreichen und gesunden Wildbestand, hält Schonzeiten und Tierschutzgesetze ein, nutzt die Bestände nachhaltig und vorausschauend und ist sich immer seiner Verantwortung bewusst, wenn er einem Wildtier das Leben nimmt.

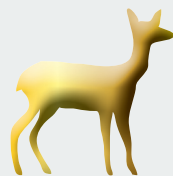


DAS JAGDJAHR UND DIE 12 MENÜS



Das *Mai* Menü:

Süßer Wachmacher





GRUSS AUS DER KÜCHE

Pochiertes Wachtelei an Avocado-Creme

DIE ZUTATEN:

Für die Wachteier:

- 8 Wachteier**
- 1 Spritzer Essig**

Für die Avocado-Creme:

- 1 Avocado**
- 150 g Mascarpone**
- 2 Knoblauchzehen (frisch)**
- Salz**
- Pfeffer**
- 1 Zitrone**

DIE ZUBEREITUNG:

Zunächst die spitzen Hütchen der Wachteier vorsichtig mit einem Messer abheben und die kleinen Eichen aus der Eischale in eine Schüssel fließen lassen.

Nun Wasser mit 1 Spritzer Essig in einem Topf kochen lassen, mit dem Schneebesen kräftig und schnell rühren, bis ein Strudel entsteht. Die ausgelösten Eier nach und nach in den Strudel schütten. Nach ca. 1 Minute die Eier mit dem Schaumlöffel aus dem Wasser heben.

Das Fruchtfleisch der Avocado auslösen und in eine Schüssel geben. Mascarpone und Knoblauch hinzugeben und mit dem Stabmixer zu einer Creme rühren, mit Salz, Pfeffer und dem Saft der Zitrone abschmecken. Mit den pochierten Wachteiern anrichten (zwei Eier pro Person), und fertig ist der Gruß aus der Küche!



©Alesia Bertezova/stock.adobe.com

DIE VORSPEISE

Rösch gebratene Rehleberstreifen auf süßem Aprikosengelee an Rucolasalat mit gerösteten Pinienkernen

DIE ZUBEREITUNG:

Den Rucolasalat waschen und vorsichtig trocken schleudern. Die Pinienkerne in einer Pfanne 2–3 Minuten ohne Zugabe von Fett rösten. Jetzt feine Streifen von der Rehleber schneiden und in der zerlassenen Butter kurz braten, erst dann mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen. Olivenöl, Essig, die geriebene Knoblauchzehe und zum Schluss die gerösteten Pinienkerne an den Salat geben.

Auf einem Teller die Leberstreifen auf dem Aprikosengelee drapieren und daneben den Rucolasalat anrichten.

DIE ZUTATEN:

1 Rehleber
Rucolasalat
Pinienkerne
20 g Butter
1 Knoblauchzehe
Olivenöl
Balsamicoessig
Aprikosengelee
Salz
Pfeffer aus der Mühle



DER HAUPTGANG

Rehkoteletts vom jungen Maibock mit feinen handgemachten Fettuccine und grünen Spargelköpfen an einer Bärlauch-Sahne-Soße

DIE ZUBEREITUNG:

Die Rehkoteletts am Vortag marinieren, am besten mit den Gewürzen, Salz und Pfeffer, dem Olivenöl und dem Knoblauch in eine Tüte geben, diese vakuumieren und über Nacht in den Kühlschrank legen.

Der Nudelteig wird in der Küchenmaschine mit dem Knethaken gefertigt, hierzu alle Zutaten in die Knetschüssel geben und vermengen. Ziel ist es, einen glatten, geschmeidigen Teig zu bekommen, hier ist darauf zu achten: Ist die Masse zu flüssig, dann fehlt Mehl, ist sie zu fest, dann etwas Milch hinzugeben. Den fertig durchgekneteten Teig in Folie wickeln und für etwa 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Nach der Ruhezeit den Nudelteig auf einem bemehlten Brett ausrollen und in 0,5 cm breite Streifen schneiden.

Die frisch zubereitete Pasta in nur ca. 2 Minuten im kochenden Salzwasser kochen.

Jetzt wird der grüne Spargel (nur am unteren Drittel!) geschält und in mundgerechte Stücke geschnitten.

Die Rehkoteletts sachte in eine mit hitzefestem Olivenöl gefettete Pfanne geben. Das Fleisch auf jeden Fall nur rosa braten! Nun die Koteletts in Alufolie einschlagen und warm stellen. In die gleiche Pfanne die Butter hinzugeben und darin den Spargel braten. Den Gargrad je nach Geschmack selbst bestimmen. Zum Schluss die gekochten Nudeln hinzugeben und die Sahne in die

Pfanne geben. Den fein geschnittenen Bärlauch vorsichtig unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den gehobelten Parmesan darübergeben. Die Fettuccine, den grünen Spargel und die Bärlauch-Sahne-Soße mit den Koteletts anrichten und servieren. Weidmannsheil!

DIE ZUTATEN:

Für die Rehkoteletts:

- 8 Rehkoteletts**
- 1 Zweig Rosmarin**
- 1 Zweig Thymian**
- grobes Meersalz**
- Pfeffer aus der Mühle**
- Olivenöl (nativ und kaltgepresst)**
- 2 frische Knoblauchzehen**

Für den Spargel:

- 800 g grüner Spargel**
- 20 g Butter**
- 250 ml Sahne**
- 1 Bund frischer Bärlauch (aus dem Revier)**
- Parmesan**

Für den Nudelteig:

- 200 g Mehl 00**
- 200 g Hartweizengries**
- 4 EL Olivenöl**
- 1 TL Salz**
- 2 Eier**
- etwas Milch zum Zugeben**



©fortyforks/stock.adobe.com



©A_Lein/stock.adobe.com





DAS DESSERT

Mascarpone-Sahne-Zauber mit Zitronenzesten und Schokosplittern

DIE ZUBEREITUNG:

Mascarpone, Sahne und Zucker in eine Rührschüssel geben. Am besten mit hoher Stufe und Schneebesenauflage in der Küchenmaschine zu einer homogenen Masse schlagen.

In der Zwischenzeit mit der Zestenreibe die Zitronenzesten fertigen.

Tipp: Wer keine Zestenreibe hat, kann auch die feine Seite der Vierkantreibe verwenden.

Dann den Saft aus der Zitrone pressen. Die Zitronenzesten, den Zitronensaft und die Schokosplitter unter die Mascarpone-Creme heben und anrichten. Auch zu diesem Dessert passen die handgefertigten Löffelbiskuits aus dem April-Menü.

DIE ZUTATEN:

500 g Mascarpone

200 ml Sahne

60 g Zucker

1 Bio-Zitrone

100 g gesplitterte Schokolade (von sehr guter Qualität)



DAMWILD

Die Damzicke

Die letzte Kaltzeit hatte den Damhirsch lange von Mittel- und Südeuropa nach Vorder- und Kleinasien verbannt. Die Phönizier und Römer waren es, die diese Hirschart in viele Länder des Mittelmeerraums zurückführten. Von dort aus haben vor allem die Haltung des Damwils in Tiergehegen und die Nutzung als »Ersatzwildart« seine heutige Verbreitung bestimmt. Das erste Vorkommen in Deutschland fand sich allerdings erst im späten 16. Jahrhundert im Tierpark Sababurg, mitten im heutigen Naturpark Reinhardswald nördlich von Kassel. Heute leben in unseren Wäldern sicher weit über 100.000 Stück Damwild.

Früher bezeichnete man das Damwild bisweilen auch als Damzicke. Nicht etwa wegen seines launischen und eingebildeten Gemüts, sondern vielmehr wegen seiner ziegenartigen Art und Weise, sich fortzubewegen. Bei dieser auch von afrikanischen Antilopen wie dem Springbock bekannten Art der Fortbewegung schnellen die Tiere mit allen vier Läufen zugleich in die Höhe, kommen mit allen Läufen gleichzeitig wieder auf und springen sofort wieder ab. Einzigartig ist diese angeborene Art der Fortbewegung unter den europäischen Hirscharten.



Diese auch als Prellsprünge bekannte Fortbewegungsart zeigt das Damwild vor allem bei Verunsicherung und plötzlichen Störungen. Funktional werden diese Sprünge zur besseren optischen Orientierung und auch als Alarmsignal für Artgenossen gedeutet. Oft sieht man Prellsprünge aber auch bei Tieren und ihren Kälbern nach spielerischen Verfolgungsjagden, und dann ist es sicher die schiere Lebenslust.

Damwild: Der Kindergarten

Das Damwild ist eine sehr sozial lebende Tierart, die sich in teilweise sehr großen, geschlechtergetrennten Rudeln zusammenschließt. Dabei ist die Größe des Rudels abhängig vom jeweiligen Lebensraum. Stehen dem Damwild zwischen den von ihnen mit Vorliebe genutzten lichten Laub-



© WildMedia/stock.adobe.com



© bigg62/stock.adobe.com

und Mischwäldern genügend Lichtungen und größere Freiflächen zur Verfügung, bilden sie tendenziell größere Rudel von manchmal bis zu 200 Individuen. Die Rudel sind aber keineswegs streng fixiert. Immer wieder lösen sich kleinere Gruppen, meist Mutterfamilien, ab, oder es gesellen sich neue Mitglieder hinzu.

Einzigartig sind die »Kindergärten« des Damwilds unter den heimischen Hirscharten.

Damtiere setzen ihre Kälber im Stillen. Erst nach etwa zwei Wochen schließen sie sich wieder dem Rudel an. Dort finden sich die Kälber häufig zu Jugendgruppen zusammen, die von einem oder mehreren Muttertieren beaufsichtigt werden. In diesen »Kindergärten« trainieren sie überlebenswichtige Verhaltensmuster. Mit Kopfstößen und Stirnreiben üben sie das Kontaktverhalten untereinander und mit kurzem Aufreiten ihr späteres Sexualverhalten.

Kälber regen durch kräftige Kopfstöße gegen das Gesäuge des Damtieres den Milchfluss an. Dies tun sie aber nicht nur bei ihrer leiblichen Mutter, sondern im Notfall auch bei anderen Müttern. Dieses Ammensystem ist unter unseren heimischen Hirscharten einzigartig. Verliert ein Damkalb seine Mutter, kann es überleben und profitiert weiterhin von der Führung des Rudels, auch wenn es in seiner Entwicklung immer etwas zurückbleiben wird. Erleidet im Vergleich ein Rotwildkalb dasselbe Schicksal, wird es konsequent vom Rudel ausgestoßen und ist meist dem Tode geweiht.

AUFGETISCHT! STILVOLL EINDECKEN

Den Italienern haben wir es zu verdanken, die Franzosen haben es verfeinert, und längst ist nicht mehr nur der Adel mit Messer und Gabel. Ganze Regelwerke wurden sogar inzwischen entwickelt, die vorgeben, wo denn nun die Vorspeisengabel, der Dessertlöffel oder das Rotweinglas im Gedeck anzuordnen sind. Aber das Gedeck selbst ist nur ein Teil des Ganzen. Die Tischform, die Tischwäsche, das Geschirr, das Besteck, die Gläser, das Blumenbouquet, die Kerzen und die sonstige Dekoration kreieren in ihrem Zusammenspiel sozusagen einen multisensorischen Genuss. Wer diesen Anblick genießt, der fühlt sich von jetzt auf gleich in frohe Erwartung versetzt und möchte am liebsten sofort mit dem Verkosten der dargereichten Schmankerln beginnen.

Der jagdlich gedeckte Tisch bietet hierfür schier unbegrenzte Möglichkeiten. Warme Farben, Frisches und Duftendes aus der Natur wie Holz, Laub, Früchte oder Beeren, vielleicht eine Abwurfstange von Reh oder Hirsch, der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Mit einer Ausnahme: Der Tisch sollte nicht mit Dekoration überladen werden. Es muss immer noch genügend Platz zum Essen und gemütlichen Beisammensein bleiben.



Das Auge isst mit.



©GabriD/stock.adobe.com



©sharky-photography/stock.adobe.com



©Kanea /stock.adobe.com