

Tom Heinzle · Fotos Michael Gunz

WILD GRILLEN

HEEL

INHALT



Vorwort	9
Fakten & Tipps.	12
Die flüssigen Begleiter	16
Kräuter & Co	18

LÖFFEL- UND FINGERFOOD

Rehrücken mit Trüffel-Camembert	28
Hirschrücken mit Wachtelei.	30
Mini-Wildburger mit schwarzen Nüssen.	32
Rehrücken mit Sprossen	33
Wilde Hackfleisch-Lollipops	36
Hirsch-Zack-Zack	38
Hirschsaté mit Walnussauce	42
Hackfleisch-Grundmasse	45
Wildburger	46
Wilde Wurst	48

DIE KLASSIKER

Sommerlicher Wildschweinhals	56
Süßkartoffelrösti	56
Pulled Pork - Grundrezept	62
Rotkohl aus dem Dutch Oven	62
Wald-und-Wiesen-Tortilla	64
Wildes Rührei	66
Suppe vom geräucherten Kürbis mit Pulled Pork	68
Pulled-Pork-Salat	70
Wildschweinerücken im Gewürzmantel	74
Chorizo-Wirsing	75



Gefüllter Wildschweinerücken	76
Trüffelkartoffeln mit Nussöl	78
Wildschweinkoteletts mit Kräuterbutter	80
Wildschweinkeule mit Kräutern und Nüssen	82
Wildschweinribs	84
Rehrücken mit Polentabirne und Erdbeer-Feldsalat	90
Birnen-Bohnen-Gemüse	94
Rehkeule mit Kräutern	96
Rehrücken auf dem Knochen gegrillt	100
Kürbisgemüse	100
Rehnüsschen mit Pilzen	102
Reh mit Zitrone und Oliven	106
Rosenkohl mit Speck	110
Steak vom Hirschrücken	111
Hasenvorderteil mit Olivenholzrauch und Rosmarin	114
Hasenrücken mit Roter Bete und Belper Knolle	116
Schneller Wildhasenrücken	120
Bärlauchkartoffeln	120

UND WAS ES SONST NOCH GIBT

Wildenten-Lollipops	126
Oberkeule gerollt von der Wildente	127
Wildentenbrüstchen mit Ingwer-Honig-Glasur	130
Rotkohl mit Chili aus dem Grillwok	132
Gefüllte Wildente	134
Ente auf der Dose	136

INHALT



Ganzer Fasan	141
Geräucherte Rote Bete mit frittiertem Knoblauch	141
Fasanenbrust mit Rumglasur	144
Feigen-Granatapfel-Chutney	146
Gefüllte Feigen	147
Fasanenbrust mit Teriyaki und Sesam	148
Fasanenbrust Roast'n Roll gespickt mit Chorizo	150
Toms geräuchertes Kartoffelpüree	152
Gegrillte Wachtel	154
3erlei Wachtel auf Gemüse	156
Wachtel auf Zwiebelgemüse	161
Maroni mit Chiliringen und Ahornsirup	164
Rebhuhn mit Maronen und Thymian	165
Forelle auf der Zitrone	168
Forelle aus der Folie	170
Hechtfilet geräuchert	172
Salzzitronen und -orangen	174
Hechtfilet mit Salzzitrone	175
Hechtfilet mit Salzorange	175
Karpfen mit Zirbenholz	176
Gepiercter Bachsaibling	178
Bachsaibling trifft Marokko	178
Sommerlich-mediterraner Gamsrücken	182
Shiitake-Nuss-Gemüse	183

BEILAGEN – ÜBERSICHT

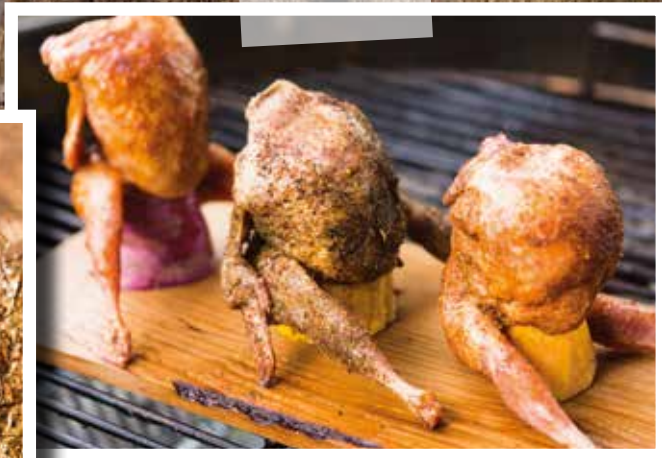
Bärlauchkartoffeln	120
Birnen-Bohnen-Gemüse	94



Chorizo-Wirsing	75
Erdbeerfeldsalat	90
Feigen-Granatapfel-Chutney	146
Toms geräuchertes Kartoffelpüree	152
Kürbisgemüse	100
Maronen mit Chiliringen und Ahornsirup	164
Polentabirne	90
Süßkartoffelrösti	56
Rosenkohl mit Speck	110
Rote Bete	116
Geräucherte Rote Bete mit frittiertem Knoblauch	141
Rotkohl aus dem Dutch Oven	62
Rotkohl mit Chili aus dem Grillwok	132
Shiitake-Nuss-Gemüse	183
Trüffelkartoffeln in Nussöl	78
Zwiebelgemüse	161

DAS BESTE ZUM SCHLUSS

Toms Ingwerapfel	186
Scheiterhaufen mit Süßkartoffeln	188
Zwetschgenbuchteln aus dem Dutch Oven	190
Beschwipster Apfel	192
Gegrillter Kürbis	194
Strudelsack-Duett	196
Vanillepolenta mit Birnenwürfeln	198



EIN PAAR WORTE VORWEG

Wildfleisch gehört zu den gesündesten Fleischsorten überhaupt. Wild ernährt sich von Gras, Kräutern und Zweigen, bekommt keine Antibiotika und hat normalerweise keinen Stress beim Schlachten, weil es durch einen gezielten Schuss des Jägers in Sekundenschnelle stirbt.

Ich liebe Wild und möchte mit diesem Buch zeigen, dass dieses Fleisch mit außergewöhnlichen Gewürzkombinationen und eher unkonventionellen Beilagen in ein komplett neues, modernes Licht gerückt wird, immer mit dem Gedanken an Regionalität und Ursprung.

Wild spielt in meinen Kursen eine wichtige Rolle. Es gibt immer mehr Genießer, die ein raffiniert gewürztes und saftig gegrilltes Stück Wildfleisch sehr schätzen.

Mit der Zubereitung auf dem Grill oder als BBQ entstehen komplett neue Gerichte mit äußerst interessanten Geschmacksnuancen. Selbstverständlich finden auch sommerlich interpretierte Rezepte ihren Platz.

Viel Spaß beim Nachgrillen wünscht Ihnen

Tom



GESCHICHTE

Die Zubereitung von Wildfleisch auf dem offenen Feuer haben unsere Vorfahren über hunderte, ja tausende Jahre praktiziert. Um das tägliche Überleben zu sichern, wurde das erlegte Wild einst über den Flammen gegart. Im Mittelalter, als eigenes Vieh in bescheidener Menge gehalten wurde, war es dem einfachen Volk verboten zu jagen, denn dieses Privileg hatte einzig die Oberschicht. Vielfach waren die Menschen deshalb praktisch zur Wilderei gezwungen, um überleben zu können, was teilweise mit drakonischen Strafen geahndet wurde.

In der heutigen Zeit spielt das Wildbret in Mitteleuropa auf dem Speiseplan aufgrund der Massentierhaltung und des dadurch entstandenen Überflusses nur noch eine untergeordnete Rolle. Der Anteil von Wild an unserem Fleischverzehr macht nur einen winzigen Prozentsatz aus. Es ist höchste Zeit, an diesem Missverhältnis etwas zu ändern, denn Wildfleisch ist natürlich. Echtes Wild – nicht aus der Zucht – wächst ohne Wachstumshormone und Antibiotika auf, ernährt sich gesund und ist somit auch für den Konsumenten eine wertvolle, gesunde Bereicherung des Speiseplans.

Gerade auch unter dem Aspekt der Globalisierung und der Diskussion um Freihandelsabkommen ist es umso wichtiger, dass wir den Fokus wieder auf Wildbret legen, um eine Möglichkeit zu haben, der Massentierhaltung aus dem Weg gehen zu können. Ich bin der Meinung, dass wir selbst entscheiden sollten, ob und wie unser Fleisch behandelt wird und woher es kommt. In einer Zeit von Übergewicht, Bluthochdruck, Herzinfarkt und Co. steht der gesundheitliche Aspekt neben allen anderen natürlich an erster Stelle. Äußerst fettarm und mit Bedacht genossen, ist Wildfleisch ein idealer Begleiter in der gesunden Ernährung.

