

Gegrillte Steaks vom Reh mit Apfel-Zwiebel-Topping

- Steaks vom Rehwild
(aus der Keule, vom Filet oder den Blättern)
pro Person ca. 300 Gramm
- 1-2 Zwiebeln
- 1-2 Zehen Knoblauch
- Gewürze: Pfeffer, Salz, Thymian, Wacholderbeeren, Lorbeerblätter
- Bier

- 2 Äpfel (gut geeignet ist Boskop)
- 2 mittlere Zwiebeln
- frischer Ingwer, ca. 5 cm langes Stück
- Gewürze: Pfeffer, Salz, Currypulver
- Calvados

Mit dem nachfolgenden Rezeptvorschlag möchte ich veranschaulichen, dass aus Wild auch und gerade im Sommer schnell ein hochwertiges, saisonal passendes Gericht zubereiten ist.

Steaks schneiden und marinieren

Die Steaks werden beim Rehwild, vor allem bei schwächeren Stücken (Jährlinge, Schmalrehe) am besten aus dem Filet, den Blättern oder aus der Keule geschnitten. Das Fleisch sollte zuvor, zumindest bei mehrjährigen Stücken, gründlich gehäutet und natürlich gesäubert werden. Ich selbst schneide die Steaks ca. fingerdick, weil sie sich so am besten grillen lassen – doch das ist sicher individuelle Geschmackssache.

Anschließend werden die Steaks ca. 12 - 24 Stunden mariniert. Hierfür werden sie schichtweise in eine Schüssel gelegt. Jede Schicht

wird gewürzt – Pfeffer und Salz, dazu für ein feines Aroma Wacholderbeeren, Thymian und ggf. Lorbeerblätter. Außerdem können zwischen jede Lage Zwiebelringe und fein gehackter Knoblauch gegeben werden. Zum Schluss wird das Ganze mit Bier aufgegossen. Alternativ können auch Buttermilch (vor allem bei Wildbret von älteren Stücken) oder Rotwein verwendet werden.

Die Schüssel mit den marinierten Steaks wird abgedeckt (Alufolie oder Küchentuch) und an einem kühlen Platz gelagert.

Apfel-Zwiebel-Topping herstellen

Vor oder auch während des Grillens ist Zeit, das Apfel-Zwiebel-Topping vorzubereiten. Hierzu werden die Zwiebeln in feine Halbringe und Äpfel in Spalten geschnitten. Beides wird gemeinsam in einer Pfanne mit wenig Olivenöl oder Butter (je nach Geschmack) angebraten. Nachdem die Zwiebeln und Äpfel ein wenig Farbe bekommen haben, alles mit Salz, Pfeffer, einer Prise Currypulver und dem fein geriebenen Ingwer würzen. Anschließend mit einem Schuss Calvados oder Brühe ablöschen und weitere 2 - 3 Minuten einkochen lassen.

Steaks grillen

Angeichts der Tatsache, dass das Grillen in Deutschland Volkssport geworden ist, erspare ich mir diesbezügliche Erläuterungen. Nur einen kleinen persönlichen Tipp erlaube ich mir: Wildbret, insbesondere solches vom Rehwild, ist im Vergleich zu anderen Fleischarten, vor allem Schweinefleisch, ausgesprochen fettarm.

Dies führt dazu, dass es gegart eine eher „trockene“ Konsistenz aufweist. Um dennoch ein saftiges Steak zu haben, grille ich mein Wildbret bevorzugt mit großer Hitze, dafür aber sehr kurz. Dadurch schließen sich die Poren des Fleisches schnell und der „Saft“ bleibt im Steak erhalten. Sobald beide Seiten die typische rostbraune Kruste bekommen haben, nehme ich die Steaks vom Grill und lasse sie kurz ruhen. Das geht in der Regel sehr schnell – nach ca. 1 - 2 Minuten ist das Steak schon fertig. Bei fingerdicken Steaks ist das Fleisch dann außen leicht „knusprig“ und innen noch zart rosé. Dies ist jedoch – wie gesagt – individuelle Geschmackssache.

Beilagen

Als Beilagen eignen sich besonders frische grüne Salate mit Vinaigrette, frisches Brot sowie auch Backkartoffeln.

Die Inspiration für das vorgestellte Gericht habe ich aus dem südlichen Afrika, wo Wildbret – dort von Kudu, Oryx, etc. – fast ausschließlich gegrillt gegessen wird. Für mich persönlich ist es auch viel schöner, dass Fleisch unserer heimischen Wildarten in der freien Natur zu genießen, als drinnen.

Ich wünsche allen viel Spaß beim Nachkochen oder natürlich beim Experimentieren.