

# Ja, was gibt's denn heit auf d'Nacht?

## Das Rehragout im Kochtopf

von Carmen E. Kühnl

Von Mai bis Dezember ist Jagdzeit fürs Reh, aber dank moderner Kühltechnik bekommt man heutzutage Wildbret das ganze Jahr hindurch. Helmut Gugel, Jäger und Fleischermeister aus Weinhof bei Nürnberg, beantwortete meine Fragen rund ums Rehragout und verriet sein Lieblingsrezept. Bereits mit fünf Jahren durfte er den Vater auf die Jagd begleiten. Den Umgang mit Wildfleisch hat er von klein auf im elterlichen Geschäft kennengelernt, besaß doch der Vater in Stein bei Nürnberg als einziger von fünf Metzgern nach dem Krieg eine Sondergenehmigung zum Wildbret-Handel.

Rehfleisch ist absolut mager, also genau das Richtige für kalorienbewusste Esser. Allerdings nur, wenn die übrigen Zutaten auch mager sind. Helmut Gugel verwendet für sein Ragout Hals- und Brustfleisch. „Wegen der Sehnen ist es zwar das billigste Rehfleisch. Geschmacklich ist es aber genauso hochwertig wie z. B. ein Rehschlegel.“ Rehbock und Rehgeiß sind für dieses Gericht gleichermaßen geeignet. Nach Gugels Beobachtungen „tendiert der Feinschmecker jedoch zur Rehgeiß.“

Damit man keine Überraschungen mit der Fleischqualität erlebt, rät der Franke zu einem einfachen Trick: „Bei bereits vorge schnittenem Ragout-Fleisch riskiert man, dass es von unterschiedlich alten Tieren stammt und sich beim Kochen dementsprechend verhält. Kauft man das Fleisch aber mit Knochen, so wird der Garpunkt der Fleischstücke in etwa gleich sein.“ Pro Person rechnet man mit Knochen ca. 300g.

Wenn man bedenkt, dass der Hals eines Rehs ca. 500g wiegt und die Brust ca. 700g, kann man bei größeren Mengen kaum sicher sein, dass alles vom gleichen Tier stammt – „außer man kauft direkt vom Jäger“, so der Praktiker. Ich habe das Rezept meines fränkischen Gewährsmanns ausprobiert. Es war ein bisserl mühsam, die Halsknochen abzufieseln, aber geschmacklich hat sich die Mühe gelohnt!

**Verein für Volkslied und Volksmusik e.V.**

Dr. Peter Igl, Karwinkstr. 45,  
81247 München, Tel. 089/880 214,  
peter.igl@web.de  
www.volkslied-volksmusik.de

## Helmut Gugel: Mein Rehragout

Zutaten: 800 g Rehfleisch (von Hals, Brust oder Schulter) • 80 g Bratfett (Öl oder halb und halb Schweineschmalz und Butter) • 1 Gelbe Rübe, 1 kleine Pastinake, 1 Stück Sellerie, 1 Zwiebel • Salz, Pfeffer • 1 EL Tomatenmark • ¼ l Rotwein • 1 EL Mehl • ½ l Rinder- oder Wildfond • 1 Gewürzbeutel (5 Wacholderbeeren, 5 Pfefferkörner, 3 Pimentkörner, 2 Nelken, 1 Lorbeerblatt, ½ Knoblauchzehe, ca 2 cm Ingwerwurzel) • 1 EL Preiselbeerkompott • Etwas Zitronenabrieb und -saft • 1 Schuss Schlagrahm

Das Fleisch in Würfel schneiden (etwas größer als Gulaschwürfel) und im Bratfett scharf anbraten. Das kleingeschnittene Wurzelgemüse und die feingeschnittene Zwiebel zugeben und ebenfalls anrösten, salzen, pfeffern und das Tomatenmark beifügen. Alles zusammen etwas anziehen lassen, mit dem Rotwein ablöschen und einkochen. Mehl anstäuben, gut durchrühren und mit dem Fond auffüllen. Für den Gewürzbeutel alle Zutaten sehr grob im Mörser zerkleinern. Gewürzbeutel ca. 30–40 Minuten mitkochen lassen, danach entfernen.

Zugedeckt das Rehragout weichkochen. Immer wieder umrühren. Sobald das Fleisch weich ist, herausnehmen und in einen sauberen Topf geben. Den Bratfond durch ein Sieb passieren und mit Preiselbeeren, Zitronenabrieb und -saft sowie Salz und Pfeffer abschmecken, über das Fleisch geben und nochmals kurz darin zie-

hen lassen. Ein Schuss Schlagrahm rundet das Gericht ab. Garzeit insgesamt rund 1 ½ Stunden.

In Franken isst man zum Rehragout Semmelknödel, Salat und Preiselbeeren. Es passen aber auch Spätzle, breite Nudeln oder ein gutes Schwarzbrot. Man trinkt denselben Rotwein, der fürs Gericht verwendet wurde. □

