

Wild - Saltimbocca mit Schwarzwurzel- Morchelgemüse

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 40m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '45', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Saltimbocca alla romana ist ein altes klassisches Gericht aus der vergangenen Römerzeit. Übersetzt heißt es soviel wie „Spring in den Mund“ und bezeichnet die italienische Spezialität aus nur 3 Zutaten: Kalbfleisch, luftgetrocknetem Schinken und frischen Salbeiblättern. International erfreut es sich großer Beliebtheit und es lässt sich auch mit anderen Fleischsorten hervorragend abwandeln. Gerne wird auch Saltimbocca von der Hähnchenbrust bzw. Pute oder vom Schwein zubereitet.

Der goldene Herbst strotzt vor aromatischen Wildrezepten, doch was genau unterscheidet herkömmliches Fleisch vom Wild? Die Antwort liegt im Jagdrecht. Frei lebende Tiere wie Hirsche, Hasen, Wildschweine und Fasane dürfen demnach unter Einhaltung der gesetzlichen Richtlinien geschossen und verspeist werden.

Das festliche Wild-Saltimbocca ist eine Variante des Originals und passt bestens zum saisonalen Gemüse. Da Wildbret bekanntlich sehr mager ist und einen geringen Fettanteil besitzt, sollte bei der Zubereitung stets darauf geachtet werden, dass es nicht zu trocken wird. Das lässt sich durch kurzes, scharfes Anbraten verhindern, aber auch durch die Zugabe bzw. Ummantelung mit Speck.

Zutaten

- 500 Gramm küchenfertige Hirsch - oder Rehrückenstränge, wahlweise auch aus der Oberschale oder Keule
- 12 dünne Scheiben Pancetta oder luftgetrockneter Parma Schinken
- 700 Gramm frische Schwarzwurzeln, abgebürstet, geschält
- 25 - 30 Gramm getrocknete Morcheln, eingeweicht
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 2 EL Butter
- 2 EL Mehl
- 150 ml flüssige Sahne
- 2 EL Creme fraiche
- 50 ml trockener Weißwein
- Saft 1 Zitrone 1 - 2 EL Pflanzenöl
- 1 kleine Hand Salbeiblätter in Streifen
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Trotz der Zugabe von Schinken sollten Sie die dünnen Reh- bzw. Hirschscheiben nur kurz scharf anbraten. So verhindern Sie das Austrocknen des Fleisches und erhalten ein gutes Ergebnis.

Zubereitungsart

Schritt1

Das Fleisch unter fließendem Wasser waschen, trocken tupfen und in ca. 40 g - 50 g schwere Scheiben schneiden. In einem Gefrierbeutel sanft und dünn klopfen. Salzen, pfeffern und ev., mit etwas Wildgewürz würzen.

Schritt2

Jeweils mit 1 Scheibe Pancetta oder Parma Schinken belegen, zusammen klappen und mit einem Zahnstocher fest stecken.

Schritt3

Die Schwarzwurzeln waschen, mit Gummihandschuhenschälen, evtl. in der Länge halbieren und in 4 cm lange Stücke schneiden. In Zitronenwasser geben. Danach in Zitronen - Salzwasser ca. 10 min. kochen, blanchieren, kurz kalt abschrecken. Die eingeweichte Morcheln gut ausdrücken und auf gleiche Größe schneiden.

Schritt4

Die Zwiebeln in der Butter, mit den Morcheln glasig anschwitzen, mit dem Mehl bestäuben, etwas schwitzen lassen. Mit dem Weißwein, Creme Frâiche und 100 ml Sahne aufgießen und würzen. Die restliche Sahne steif schlagen.

Schritt5

Ca. 10 min. leise köcheln lassen und die Schwarzwurzelstücke unter heben, salzen, pfeffern und weitere 2 - 3 min. köcheln lassen. Kurz vor dem Servieren die geschlagene Sahne unter heben.

Schritt6

In einer Stielpfanne mit heißem Pflanzenöl die Saltimbocca von jeder Seite 2 - 3 min. goldbraun braten. Evtl. etwas in der zurückgezogenen Pfanne ausruhen lassen.

Rezeptart: Fleischgerichte, Wild **Zutaten:**Pilze, reh, Schinken, zwiebel

Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Kalorien (kcal)495
- Eiweiß (g)40,7
- Fett (g)32,4
- KH (g)8,2
- Cholesterin (mg)226,6

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/wild-saltimbocca-mit-schwarzwurzel-morchelgemuese/>