



Fruchtig-herzhafte Rehshulter

Zutaten

- ❑ 1 Rehshulter
- ❑ 400 g frischen Rosenkohl
- ❑ 1 Granatapfel
- ❑ 1 Knoblauchknolle
- ❑ 1 Packung Trockenfrüchte (Mix)
- ❑ 1 Bündel Wurzelgemüse
- ❑ 1 Limette (unbehandelt)
- ❑ 2 Zweige Thymian
- ❑ 1 Schuss Weißwein
- ❑ 200 ml Gemüsebrühe
- ❑ 1 Schuss Rapsöl
- ❑ Salz
- ❑ Pfeffer
- ❑ Zucker

Zubereitung

Die Rehshulter weitgehend von Sehnen und Silberhaut befreien. Mit Salz und etwas Zucker würzen. Eine halbe Stunde ruhen lassen und anschließend in einem Schmortopf in etwas Rapsöl rundherum anbraten.

Wurzelgemüse würfeln und ebenfalls anbraten. Knoblauchknolle halbieren, Limette in Scheiben schneiden, Granatapfel halbieren und die Früchte aus einer Hälfte herausklopfen.

Fleisch und Gemüse mit Weißwein und Brühe ablöschen. Knoblauch, Limette, Granatapfelkerne, Trockenfrüchte, Thymian und Rosmarin dazugeben. Topf verschließen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad Celsius für eine Stunde schmoren lassen.

Rosenkohl putzen, Strunk und äußere Blätter entfernen und anschließend für zwei drei Minuten blanchieren.

Topf aus dem Ofen holen, Rosenkohl dazugeben und ohne Deckel eine weitere halbe Stunde schmoren lassen.

Zum Anrichten die Kerne der zweiten Granatapfelhälfte über das Gericht geben. Dazu passt ein ofenfrisches Baguette, das man in die Soße tunkt.