

## HASENFILET MIT PILZSAUCE

**ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:** 4 Hasenrückensfilets  
6 EL Olivenöl  
2 TL Kräuter der Provence  
Pfeffer aus der Mühle  
1 gehackte Zwiebel  
200 g Eierschwammerl  
oder Champignons  
1/8 L Rotwein  
etwas Mehl  
1/4 L Wildfond oder  
Rindsuppe  
1/8 L Obers  
2 EL gehackte Petersilie  
Salz  
etwas Olivenöl  
zum Braten

Die Hasenrückensfilets waschen und trocken tupfen. Das Olivenöl mit den Kräutern der Provence und Pfeffer aus der Mühle verrühren und die Filets damit bestreichen. In einer Pfanne die Hasenfilets in Olivenöl je nach Geschmack medium oder durchbraten, salzen, herausnehmen und warm stellen. Die fein gehackte Zwiebel im Bratrückstand glasig anschwitzen, dann die geputzten, in Scheiben geschnittenen Pilze dazugeben und kurz mitdünsten. Das Ganze mit etwas Mehl stauben, mit Rotwein ablöschen und mit Wildfond oder Rindsuppe auffüllen. Die Sauce mit Obers verfeinern, mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken und zum Schluss die gehackte Petersilie unterrühren. Die Hasenfilets in Scheiben schneiden und auf der Sauce anrichten.

**BEILAGEN:** Mandelbällchen oder Krokette mit Blaukraut.



## WILDBRET

*vom Jäger aus Ihrer Region*

Das hochwertige Fleisch von heimischen Wildtieren in Top-Qualität gibt es das ganze Jahr über. Die Jagd unterliegt natürlich auch strengen Regelungen, wie den gesetzlich vorgeschriebenen Abschussplänen, welche auch zum Schutz der Wildtiere eingehalten werden müssen. Daher gibt es beim Wild und frischem Wildbret, anders als bei Nutztieren, jahreszeitliche Einschränkungen. Gejagt wird ab Mai Reh- und Rotwild bis zum Jahresende, ab September die Wildente, das Rebhuhn im Oktober, Hase und Fasan von Oktober bis Ende Dezember. Wildschwein steht ganzjährig zur Verfügung. Heimisches, regionales und frisches Wildbret aus freier Wildbahn bekommen Sie unter anderem bei folgenden Direktvermarktern aus Ihrer Region: [www.oeljv.at/wildbret](http://www.oeljv.at/wildbret)

## HASENSUPPE

**ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:** Das Hasenfleisch mit Salz und Pfeffer würzen und die Hälfte des Gemüses grob würfelig schneiden.  
1/2 Feldhase  
2 Karotten  
2 gelbe Rüben  
1/4 Sellerie  
1/2 Lauch  
3 EL Öl  
2 EL Balsamicoessig  
2 EL Zitronensaft  
1/4 L Wildfond  
1/8 L Rotwein  
1 1/2 L Wasser  
1/8 L Schlagobers  
Salz, Pfeffer  
Wacholderbeeren  
Pfefferkörner  
Lorbeerblätter  
Bohnenkraut  
100 g Pilze zum Garnieren

**FÜR DIE EINBRENN:**  
30 g Butter  
30 g glattes Mehl

Butter im Topf zergehen lassen, glattes Mehl beigegeben, verrühren und nussbraun anrösten. Mit dem Hasenfleisch aufgießen und mit dem Schneebesen glatt rühren.

Das in Streifen geschnittene Gemüse in der Hasensuppe weich kochen und anschließend das Hasenfleisch dazu geben. Zum Schluss mit Obers verfeinern und mit gerösteten Pilzen anrichten.



## WILDHASE IM ROTWEINTOPF

**ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:** Den Hasen (ausgenommen, abgezogen und gewaschen) in kleine Stücke teilen, die Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Den Hasen mit den Zwiebeln, Wacholderbeeren, Lorbeerblatt, Pfefferkörnern und Essig in eine Schüssel geben, gut ummengen und einen halben oder ganzen Tag durchziehen lassen.  
1 Hase  
2 Zwiebeln  
6 Wacholderbeeren  
1 Lorbeerblatt  
4 Pfefferkörner  
0,2 L Essig  
200 g Speck  
750 g Schweinefleisch (Schweinekamm)  
200 g Schwarzbrot  
1/4 L Rotwein

Den Speck in dünnen Scheiben auf den Boden eines schweren Topfes oder Bräters legen. Das Schweinefleisch in große Würfel schneiden und abwechselnd mit dem gewürzten Hasenfleisch und den Zwiebelringen in den Bratopf schichten. Das Schwarzbrot gerieben obenauf streuen, die Essigbeize und den Rotwein langsam am Topfrand einfüllen, bis das Schwarzbrot feucht wird. Bei 180°C im Backofen 2 Stunden garen. Zum Abdichten des Deckels kann man Alufolie verwenden.

**BEILAGEN:** Semmelknödel oder Bratkartoffel



JAGD  
AUF IHRE  
FRAGEN.

Sie haben Fragen zur Jagd oder interessieren sich für Blogbeiträge aus dem Jagdleben. Dann schauen Sie doch vorbei auf [www.fragen-zur-jagd.at](http://www.fragen-zur-jagd.at)

## OÖ LANDESJAGDVERBAND

**Schloss Hohenbrunn**

Hohenbrunn 1 | AT-4490 St. Florian

Tel.: +43 (0)7224 20083

E-Mail: [office@oeljv.at](mailto:office@oeljv.at)

Fax: +43 (0)7224 20083-15

Web: [www.oeljv.at](http://www.oeljv.at)



## SPEZIALITÄTEN VOM HASEN

*Wildbret-Rezepte*



# Wild auf Wild – Feldhase

Mitte Oktober beginnen die jährlichen Niederwild-Jagden, die nicht nur zum Vergnügen der Jäger stattfinden, sondern vor allem der nachhaltigen Wildbretgewinnung dienen. Diese Jagden sind trotz Lautstärke und wild anmutender Gestaltung relativ störungsarm, weil sie nur alle ein bis zwei Jahre auf ein und derselben Fläche stattfinden. Während der restlichen Zeit werden Hase, Fasan und Co. sowie deren Lebensraum gehegt und gepflegt.

## Echtheit genießen!

Wildbret ist ein hochwertiges Nahrungsmittel mit einzigartigen Vorzügen:

- tierschutzgerechte Gewinnung,
- feinfasrige Muskelstruktur,
- wenig Bindegewebe, leicht verdauliches Eiweiß,
- geringer Fettanteil, wenig Cholesterin,
- hoher Anteil an Omega-3 und Omega-6 Fettsäuren,
- frei von Medikamenten, Hormonen und Mastfutter;

Wussten  
Sie, dass

... das Fleisch  
vom Hasen  
besonders reich an  
immunstärkenden  
Spurenelementen  
wie Eisen, Zink  
und Selen ist?



### GEROLLTER HASENLAUF

**ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:** Hasenläufe vom Knochen befreien, dickere Fleischteile einschneiden und aufklappen, damit ein schönes gleichmäßiges Fleischstück entsteht. An beiden Seiten mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

### SEMMEKNÖDELMASSE

**ZUTATEN:**  
250 g Semmelwürfel  
60 g Butter  
60 g Zwiebel  
40 g klein gewürfelter Speck  
0,2 L Milch  
3 Eier  
Salz, Petersilie gehackt

Für die Semmelknödelmasse Butter schmelzen, Zwiebel glasig anbraten, Speckwürfel dazu und noch kurz weiterbraten. Milch mit Eiern und Salz verrühren und über die Semmelwürfel gießen, gehackte Petersilie dazu, gebratenen Zwiebel und Speck darüber und alles gut vermischen. Etwas ziehen lassen. Masse auf 2/3 des Fleisches verteilen und einrollen. Mit Schweinsnetz gut umwickeln und mit einem Bindfaden zusätzlich fixieren. Öl in Pfanne erhitzen, Roulade rundum anbraten und bei 180°C im Backrohr weiterbraten. Nach 10 Min. ungeschälte Knoblauchzehen grob zerteilt sowie den Rosmarinzwig beigegeben und Wildfond untergießen. Weitere 35 Min. braten. Bindfaden entfernen, Roulade aufschneiden, auf Teller anrichten und Natursafterl, Knoblauchzehen und Rosmarinzwiegerl darüber geben.

**BEILAGEN:** Blaukraut, Schupfnudeln



### HASENRAGOUT

**ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:** Die Hasenkeule auslösen und das Fleisch in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Das Gemüse klein schneiden und im Olivenöl bei mäßiger Hitze anrösten, das Tomatenmark und das Fleisch beigegeben und weiter braten. Nun salzen, pfeffern, die Gewürze und Kräuter dazugeben und mit Rotwein ablöschen. Das Ragout mit Rindsuppe auffüllen und bei schwacher Hitze ca. 45 Min. dünsten. Öfter umrühren, am Ende der Garzeit gehacktes Selleriegrün beimengen und die Sauce mit Mehlbutter binden.

**BEILAGEN:** Bandnudeln, Spätzle



### Was haben Omega-3-Fettsäuren mit Wildbret zu tun?

Dass Omega-3-Fettsäuren im Fisch enthalten sind, ist schon länger bekannt. Doch auch einheimisches Wildbret ist ebenfalls sehr reich an Omega-3-Fettsäuren. Besonders der Feldhase und auch das Reh ragen durch den hohen Gehalt an Omega-3-Fettsäuren heraus. Gerade jene zwei Wildarten, die in den verschiedenen (Wild)regionen Oberösterreichs in guten Beständen vorkommen und unbedenklich in größerer Menge nachhaltig bejagt werden können.

Informationen zum Lebensmittel Wildbret sowie viele weitere tolle Rezeptideen finden Sie auf unserer Website:  
[www.oeljv.at/rund-um-die-jagd/wildbret-rezepte](http://www.oeljv.at/rund-um-die-jagd/wildbret-rezepte)

### HASENKEULE IN RAHMSAUCE

**ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:** Vorbereitete Hasenkeulen salzen, pfeffern und mit zerdrückten Wacholderbeeren einreiben, in Öl rundum anbraten und warm stellen. Im Bratrückstand den klein geschnittenen Selchspeck goldbraun rösten. Anschließend das würfelig geschnittene Wurzelwerk und die Zwiebel mitrösten, mit Rotwein ablöschen. Rindsuppe und die übrigen Gewürze beigegeben und darin die Hasenkeulen bei mäßiger Hitze im Rohr dünsten. Wenn das Fleisch gar ist, herausnehmen, die Sauce mit Sauerrahm und Mehl binden, mit Preiselbeerkompott, Kapern, Senf und Zitronensaft verfeinern, passieren und mit dem Mixstab aufschlagen. Die Hasenkeulen in der Sauce nochmals erwärmen und anrichten.

**BEILAGEN:** Serviettenknödel, Blaukraut, Kohlsprossen

### HASENPFEFFER

**ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:** Das Hasenfleisch waschen und trocknen. Speck und Zwiebel würfeln und zusammen mit dem Hasenfleisch gut bräunen. Mehl darüber stäuben und mitrösten. Mit der Rindsuppe ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Alle Gewürze zugeben und mitschmoren, bis das Fleisch weich ist. Anschließend das Fleisch von den Knochen lösen und wieder in die Sauce geben. Mit Essig und Zucker süßsauer abschmecken. Die kalte Butter in Stückchen einschwenken. Das Preiselbeerkompott unterrühren.

**BEILAGEN:** Nudeln oder Salzerdäpfel