



Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu
Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17
E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Rehragout mit Kirschsoße

- 400 ml GEFRO Suppe
- GEFRO Jägersoße
- GEFRO Kräuterwürze
- GEFRO Soße zu Braten
- 2 EL GEFRO Omega-3-Speiseöl
- 800 g Rehfleisch
- 3 g Zwiebeln
- 200 ml Rotwein
- 1 TL Wacholderbeeren
- 2 Lorbeerblätter
- 2 EL Kirschmarmelade
- 200 g Kirschen, frisch oder Tiefkühl-Produkt

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Rehragout mit Kirschsoße

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 80 Minuten

Nährwerte pro Portion:

7,5 g Fett 18 g Kohlenhydrate 49 g Eiweiß 395 kcal Brennwert

1 Fleisch anbraten:

800 g küchenfertiges Rehfleisch in Würfel schneiden.

1-2 EL GEFRO Omega-3-Speiseöl in einem großen Topf erhitzen und das Fleisch darin rundum kräftig anbraten.

Mit GEFRO Kräuterwürze abschmecken.

2 Zwiebeln zufügen:

3 Zwiebeln schälen, würfeln und zum Fleisch geben.

Alles glasig anschwitzen, bis die Zwiebeln leicht goldfarben sind.

3 Soße ansetzen:

200 ml Rotwein und 400 ml Brühe aus GEFRO Suppe angießen und aufkochen lassen.

1 TL Wacholderbeeren, 2 Lorbeerblätter und 2 EL Kirschmarmelade hinzufügen.

Das Ragout bei mittlerer Hitze etwa 60 Minuten schmoren lassen, bis das Fleisch zart ist.

4 Soße vollenden:

Mit GEFRO Soße zu Braten oder GEFRO Jägersoße binden und weitere 5 Minuten leicht köcheln lassen.

5 Kirschen zugeben & servieren:

200 g frische, entsteinte Kirschen (oder aufgetaute Tiefkühlkirschen) in das Ragout geben, kurz erhitzen und nochmals abschmecken.

Heiß servieren - idealerweise mit Beilagen nach Wahl.

Tipps & Varianten

Tipp: Servieren Sie das Rehragout mit Spätzle, Semmelknödeln oder einem cremigen Kartoffelstampf - diese nehmen die fruchtige Soße wunderbar auf.

Variante: Wer es intensiver mag, kann anstelle von Kirschmarmelade 1 EL Preiselbeeren einrühren. Das sorgt für eine herbere, wildtypische Note.

Nicht vergessen: Der Rotwein verleiht der Soße Tiefe - für eine alkoholfreie Variante einfach durch Traubensaft ersetzen.