



Wildschwein mit Ratatouille

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/wildschwein-mit-ratatouille.jsp>



Es muss nicht immer Schnitzel oder Steak sein: Sorgen Sie für kulinarische Abwechslung und probieren Sie unser Wildschweinbraten-Rezept aus!

Zutaten

Zutaten für: 4 Portionen

Für das Champignon-Ratatouille:

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
2 EL	Olivenöl, kalt gepresst	EDEKA Italia Natives Olivenöl extra aus Italien
1 Glas	Champignons, braun, in Scheiben	
40 g	Zwiebel	
150 g	Paprika, gelb	
150 g	Paprika, grün	
150 g	Paprika, rot	
150 g	Zucchini	
2	Knoblauchzehen	
2	Tomaten	
1 EL	Tomatenmark	EDEKA Italia Tomatenmark
150 ml	Rotwein, trocken	
1 EL	Rosmarin	
1 EL	Thymian	
2 EL	Oregano	
	Salz	GUT&GÜNSTIG Jodsalz
	Pfeffer	

Für die Wildschweinfilets:

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
720 g	Wildschweinfilet	
25 g	Butter	EDEKA Bio Sauerrahmbutter
	Salz	
	Pfeffer	

Rezept: Ernährungsservice
Foto: EDEKA Zentrale AG & Co. KG

Rezeptinformation

Zutaten für: **4 Portionen**

Zubereitungszeit: **40 Min.**

Fertig in: **40 Min.**

Je Portion : **2068 kJ, 494 kcal, 11 g Kohlenhydrate, 42 g Eiweiß, 28 g Fett, 127 mg Cholesterin, 7 g Ballaststoffe**

Schwierigkeitsgrad: **mittel**

Zubereitung

1.) Paprika, waschen halbieren, Samen und weiße Trennwände entfernen und in Würfel schneiden. Zwiebel pellen und fein würfeln. Knoblauch pellen und fein schneiden. Zucchini waschen, halbieren und in Scheiben schneiden. Champignons abgießen und abtropfen lassen. Tomaten waschen und in Würfel schneiden.

2.) Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und Champignons, Zwiebel, Paprika, Zucchini und Knoblauch 3-4 Minuten darin anbraten. Die Tomatenwürfel und das Tomatenmark hinzufügen und das Ganze 2-3 Minuten mitbraten.

3.) Mit Rotwein ablöschen und alles noch 10 Minuten weiter garen lassen. Mit Salz, Pfeffer und den fein geschnittenen Kräutern vollenden.

4.) Die Wildschweinfilets in Medaillons á 180 g schneiden und mit Salz und Pfeffer bestreuen. Die Butter in einer Pfanne schmelzen und die Wildschweinmedaillons von beiden Seiten 4-5 Minuten rosé anbraten (abhängig von der Dicke).

5.) Die Wildschweinfilets eventuell in Scheiben schneiden, auf einem Teller mit dem Ratatouille anrichten.

Lust auf ein klassisches Sonntagsessen? Entdecken Sie unser Rezept für !

Variationstipp:

Statt Wildschweinfilets sind auch Wildschweinkoteletts oder -medaillons zu empfehlen. Ebenso können Sie das Fleisch auf einem Holzkohle-Grill zubereiten.

Beilagentipp:

Reichen Sie Tagliatelle, Kroketten oder EDEKA Italia Ciabatta Olive zu dem Gericht.

Entdecken Sie auch unser für fruchtigen Schweinebraten!

Tipp: Lust auf Wild? Probieren Sie dieses köstliche Rezept für mit Pilzen!

Toll zu Wild: Unsere köstlichen

Probieren Sie auch dieses und unser Rezept für !



Wildschwein mit Ratatouille

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/wildschwein-mit-ratatouille.jsp>

Kochschule

Fleisch warmhalten: Heizen Sie den Backofen auf 70 °C vor. Legen Sie nun das gebratene Fleisch in den Ofen. Das Fleisch gart nicht weiter nach.

Küchenutensilien



EDEKA zuhause Geschmiedete Aluminium Pfanne 28 cm: Geschmiedete Qualität mit besonders hohem Aluminiumanteil. Kalt geschmiedet, dadurch können beim Erhitzen keine Blasen in der Beschichtung entstehen. Besonders langlebig und widerstandsfähig. Schwere Profiqualität: Boden-/Wandstärke 5,5/3,5 mm 3-fach Antihaf-versiegelung mit Keramikpartikeln verstärkt für fettarmes Braten. Für alle Herdarten geeignet - auch Induktion! Ergonomisch geformter, hitzebeständiger Griff bis 180 °C mit verchromtem Inlay.

Küchenutensilien



EDEKA zuhause Fleischgabel: Besonders schwere, stabile Qualität aus extra dickem, rostfreiem Edelstahl 18/10. Formschönes Design: Funktionsteile hochglanzpoliert, Griffe matt poliert. Praktische Aufhängeöse. Spülmaschinengeeignet: leicht zu reinigen, hygienisch.
