

WILDBRET

für die Küche

SCHWARZWILD
 Das Wildbret vom Wildschwein ist in der Küche besonders beliebt, da es äußerst saftig, kernig und würzig schmeckt und viele lebensnotwendige Nähr- und Mineralstoffe enthält. Das zarte und leicht verdauliche Fleisch eignet sich für Diäten und Schonkost und ist durch seinen natürlichen Fett- und Bindegewebsanteil ideal zum Grillen.

Rolle
 Koteletts, Braten, Steaks, Medaillons, Schnitzel
 Grillgut, Gulasch, Suppe, Eintopf, Hack

Steaks Oberschale
 Kurzbratstücke, Steaks, Schnitzel, Braten, Gulasch

Nussbraten

Filets

Rücken

Rippen

Keule
 Kurzbratstücke, Steaks, Schnitzel, Braten, Gulasch

Unterschale

Hüfte

Nackensteaks

Gulasch

ROTWILD
 In der Küche wird das fettarme und aromatische Wildbret vom Rotwild besonders geschätzt. Es zeichnet sich durch seine kräftige rotbraune Färbung und durch seinen hohen Eisengehalt aus. Eisen ist u. a. für den Sauerstofftransport im Blut verantwortlich und stärkt die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit des menschlichen Körpers.

Filets

Karree

Nussbraten

Oberschale

Rücken

Unterschale

Hüfte

Steaks Oberschale

Rolle

Gulasch

REHWILD
 Das zarte Wildbret vom Rehwild zeichnet sich durch seinen insgesamt geringen Fettgehalt und seinen besonders hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren (insbesondere an Omega-3-Fettsäuren) aus. Die Muskelstruktur ist besonders feinfaserig mit einem sehr geringen Bindegewebsanteil, was das Rehwildfleisch besonders leicht verdaulich macht.

Oberschale
 Braten, Steaks, Medaillons

Hüfte

Unterschale

Keule
 Braten, Kurzbratstücke, Schnitzel, Geschnetzeltes

Rücken (kurz)

Filets

Rolle

Nussbraten

Gulasch

Steaks Oberschale