

Rund ums Wild und Wildgeflügel

Als Wild bezeichnet man das essbare Fleisch jagdbarer und jagdmäßig erlegter Tiere. Wildfleisch ist sehr feinfaserig und wegen des geringen Fettanteils sehr gut verdaulich. Außerdem hat Wildfleisch eine feste Konsistenz und einen hohen Eiweißgehalt. Vor der Zubereitung sollte das Fleisch mindestens 3 bis 5 Tage in einem Kühlraum abhängen, damit es ausreichend reifen kann und das Fleisch mürbe wird.



© BMLFUW/Rita Newman

Wildfleisch kennzeichnet eine dunkelrote bis rotbraune Farbe. Der Geruch und der Geschmack sind bei jeder Wildart eigentümlich. Ernährungsphysiologisch ist Wildfleisch dem Rindfleisch ähnlich.

Wildarten:

1. Haarwild

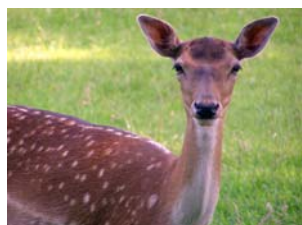
Rotwild:

Bis zu einem Alter von 3 Jahren besitzt das Rotwild gutes und zartes Fleisch, das sehr aromatisch ist. Die schmackhaftesten Teile sind der Rücken, die Keule und die Schultern. Rotwild eignet sich hervorragend für Gulasch und als Braten.



© Ernst Rose / www.pixelio.de

Damwild



© Karl-Heinz Schack / www.pixelio.de

Das Fleisch von Damwild ist sehr zart und obwohl es mit Fett durchwachsen ist sehr fettarm. Das Fleisch stammt meist von jungen aber reifen Tieren im Alter von 15 bis 18 Monaten.

Der Rücken, die Keule und die Schultern gehören zu den besten Teilstücken des Damwilds und werden meistens als Braten zubereitet.

Rehwild

Rehwildfleisch ist arm an Fett und reich an Eiweißen, Mineralstoffen und Vitaminen. Außerdem enthält es wertvolle ungesättigte Omega-3-Fettsäuren und ist daher leicht verdaulich.

Die besten Teilstücke des Rehwilds sind der Rücken, die Keule und der Bug. Man kann das Fleisch als Braten oder als Ragout zubereiten.



© Templermeister / www.pixelio.de

2. Schwarzwild

Wildschwein



© Carsten Przygoda / www.pixelio.de

Das Fleisch junger Tiere eignet sich vorzüglich zum Schmoren und Braten und bleibt dabei sehr saftig. Stücke vom Wildschwein sollten vor dem Essen immer ganz durchgebraten werden, um eventuelle Keime zu zerstören. Wildschweinfleisch hat eine dunkelrote Farbe und ist sehr aromatisch.

Die geschmackvollsten Teilstücke sind der Rücken und die Keule. Das Fleisch von Schwarzwild kann genauso zubereitet werden wie das des Hausschweines. Also zu Koteletts, Schnitzel und Steaks, Ragout oder einem Braten.

3. Niederwild

Feldhase

Von Oktober bis Dezember ist die Hauptsaison für die Hasenjagd. Feld- und Wildhasen haben ein rotbraunes Fleisch mit einem sehr starken Aroma. Hasenfleisch sollte frisch und saftig sein, einen matten Glanz aufweisen und es dürfen keine dunklen Flecken oder Ränder sichtbar sein. Das Fleisch von jungen Hasen bis 8 Monate ist besonders wohlschmeckend.

Der Rücken und die Keulen gehören zu den besten Stücken des Hasen und werden gebraten oder geschmort serviert.



© Kurt F. Domnik /
 www.pixelio.de

Wildkaninchen



© Huber / www.pixelio.de

Wildkaninchen sind kleiner als Feldhasen und haben weißes, zartes Fleisch, das würziger schmeckt als das des Feldhasen. Das Fleisch der Wildkaninchen ist sehr fettarm und besitzt viel hochwertiges Eiweiß und vor allem viel Magnesium.

Die schmackhaftesten Teilstücke sind der Rücken und die Keule.

4. Wildgeflügel

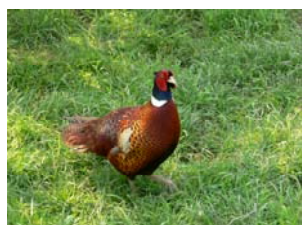
Rebhuhn

Das Rebhuhn ist taubengroß und hat eine bräunliche Farbe. Das Fleisch ist sehr zart und wird aufgrund seines vorzüglichen Geschmacks sehr geschätzt. Besonders das Fleisch von Jungtieren schmeckt hervorragend. Aus einem Rebhuhn erhält man ca. 1-2 Portionen.



© wl. steinacker /
 www.pixelio.de

Fasan



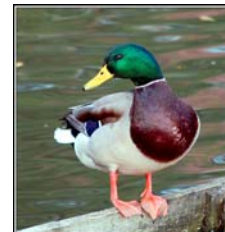
© wl. steinacker / www.pixelio.de

Der Fasan ist etwa hühnergroß. Er hat ein sehr zartes, wohlschmeckendes und saftiges Fleisch, das eine relativ helle Farbe hat und eher langfaserig ist.

Ein Fasan reicht für ca. 2 Portionen.

Wildente

Wildenten werden unterteilt in Tauchenten und Schwimmenten, wobei das Fleisch der Schwimmenten schmackhafter ist. Das Fleisch von Wildenten hat eine dunkelrote Farbe und ist sehr saftig und aromatisch, feinfaserig und leicht verdaulich. Außerdem ist es reich an B-Vitaminen, Zink, Eisen und Kupfer. Eine Wildente ergibt ca. 2 Portionen.



© schubalu /
www.pixelio.de

Wildtauben und Wildgänse



© Kurt Bouda / www.pixelio.de © M. Großmann / www.pixelio.de

Wildtauben und Wildgänse sind nur sehr selten auf dem Markt erhältlich. Gänsefleisch kann man auf vielfältige Weise zubereiten. Aufgrund seiner dicken Fettschicht kann man es sehr lange aufbewahren.

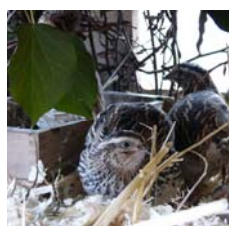
Perlhuhn

Das Fleisch eines Perlhuhns ist sehr zart, fettarm aber proteinreich und es ist nur leicht mit Wildgeschmack durchzogen. Ursprünglich kommt das Perlhuhn aus Afrika. Gut abgehangen ist der Geschmack des Fleisches viel intensiver.



© Miroslaw /
www.pixelio.de

Wachtel



© Amanleian /
www.pixelio.de

Die Wachtel ist der einzige Zugvogel unter den Wildgeflügelarten. Die Eier und auch das Fleisch gelten als Delikatesse und werden sehr geschätzt. Wachteleier sind wesentlich kleiner als Hühnereier. Um auf dieselbe Menge eines Hühnereis zu kommen, benötigt man ca. 6 Wachteleier.