**Rezepte zum Essen „Kochen mit allen Sinnen mit Früchten des Waldes“**

**Salat mit Rehrücken:**

Rehrücken scharf anbraten, dann 15 Min bei 120 Grad im Backofen, herausnehmen, abkühlen lassen und in dünne Scheiben schneiden

Salat (Feldsalat und andere, bunte Salate) putzen und waschen

Kürbiskernöl, Balsamico, 1 Tl Feigensenf, 1 Schuss Sahne und 1 Schuss Sherry mischen, mit Salz und Pfeffer würzen

Granatapfel halbieren, Kerne auslösen, Saft abfangen. Kerne über den Salat streuen, Saft in das Dressing geben.

100g Schafskäse oder Parmesan in ganz feine Scheiben schneiden.

Feldsalat und Granatapfelkerne auf einem Teller anrichten, Fleisch und Parmesan darüber geben

**Rehcurry:**

800g Rehkeule

200g Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

2 EL Currypuder

100 ml Fonds

400 ml Kokosmilch

350 g Möhren

Keule in 1,5 cm große Stücke schneiden. Bratfett erhitzen. Fleischwürfel darin anbraten. Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln und kurz mit braten. Fleisch mit Currypulver bestreuen und unterrühren. Fonds und Kokosmilch hinzufügen und zum Kochen bringen. Den Fleischtopf zugedeckt ca. 90 Minuten köcheln lassen, gelegentlich umrühren.

Möhren putzen und in 1,5 cm große Würfel schneiden. Nach 45 Minuten Garzeit Möhren zugeben. Nach der Garzeit mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Ofengemüse:**

Kürbis, Paprika, Zucchini, Rote Beete putzen und in Stücke schneiden

Kartoffeln schälen und in Stücke schneiden

6 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer und Paprikapulver mischen

Alles mit dem Gemüse kräftig mischen, auf Backpapier bei 200 Grad im Ofen

4EL Honig, 4EL Senf, 2EL Balsamico, 2 Knoblauchzehen, 2 Zweige Rosmarin mischen

Nach 25 Minuten Honig-Senf-Mischung sowie 250 g gewürfelten Feta-Käse über das Gemüse geben und nochmals 15 Minuten in den Ofen

Dazu Kräuterquark servieren

**Vogelfuttercreme:**

Mascarpone, Quark und Joghurt mischen

Sonnenblumenkerne mit Butter und Zucker anbräunen

Mascarponecreme, Rote Grütze und Sonnenblumenkerne in eine Schüssel schichten

**Guten Appetit !**