

FASAN MARINIERT



Marinieren 12 Stunden

Vorbereitung 15 Minuten, Kochzeit 130 Minuten



Zutaten für 4 Personen:

2 küchenfertige Fasane je ca. 1 kg, 2 Sellerie Stangen, 2 Zwiebeln, 2 Karotten, 3 Lorbeerblätter, 6 Wacholderbeeren zerdrückt, Salz, Pfeffer, 0,2 L Weißwein, 0,2 L Olivenöl, 0,1 L Essig, 1 EL Mehl.



Zubereitung:

1. Fasane in Stücke schneiden und den Rückenknochen entfernen. Die Fleischstücke in eine Schüssel geben. Gemüse hacken und mit Lorbeer, Wacholderbeeren, Pfeffer, Salz, Weißwein, Öl und Essig zum Fleisch geben. Umrühren und die Schüssel zugedeckt über Nacht stehen lassen.
2. Dann das Fleisch aus der Marinade nehmen, trocken tupfen und in Olivenöl anbraten. Mit etwas Mehl bestäuben und die Marinade mit dem Gemüse zugeben. Aufkochen lassen und im Backofen bei 250° Grad 10 Min.- und dann bei 120° zwei Stunden schmoren.
3. Das Fleisch aus der Soße nehmen, die Soße pürieren und darauf die Fleischstücken anrichten. Dazu passt Kartoffelpüree.