

Kochdauer:

Gut Ding braucht Weile (länger als 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Stk. Fasan
- Olivenöl
- 1 Stk. gelbe Zwiebel
- 2 Stk. Knoblauch
- 1 EL Thymian
- 0,75 l Weißwein, trocken
- 3 Stk. Karotten
- 0,5 Knollen Knollensellerie
- 2 Stk. Erdäpfel, mehlig
- 10 Stk. Champignons
- Petersilie, gehackt
- Salz
- Pfeffer, gemahlen

Mein persönlicher Tipp

Der Herbst ist die klassische Saison für Wildgeflügel. Das Fleisch ist ähnlich dem Huhn, nur dunkler, da es Wildgeflügel ist. Für den Bezug fragen Sie den Jäger ihres Vertrauens.



Eva Ullram

Referentin für Ernährung in Neusiedl am See

Fasanensuppe



Foto: Eva Ullram - Nicht zur freien Verwendung

Zubereitung

- Zwiebel in etwas Olivenöl anschwitzen, Knoblauch zugeben, Fasan kurz mit anbraten und Thymian beifügen
- Mit Wasser aufgießen, sodass der Fasan bedeckt ist und ca. 2 Stunden köcheln lassen
- Fasan aus dem Sud nehmen, mit ½ l Weißwein aufgießen
- Würflig geschnittenes Gemüse in den Sud geben und weichkochen
- Fleisch ablösen, schneiden und wieder zur Suppe geben
- Mit Salz, Pfeffer, Petersilie abschmecken und den restlichen Wein zufügen

Quellen:



Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen
traditionell & saisonal

Eva Ulram: *Rezept aus
Bäuerinnenkochkurs*



SEMINAR
BÄUER
INNEN



lk Bäuerinnen
Österreich

Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investieren Europa in
die ländlichen Gebiete.

