



GULASCH DI SELVAGGINA

con zucchine e polenta di mais e grano saraceno



Preparazione



Cottura

Ingredienti

Per 4 persone

800 g carne di selvaggina a cubetti grossi
200 g cipolla tritata
200 g carote e gambi di sedano tritati finemente
300 ml vino rosso corposo
Olio d'oliva
Concentrato di pomodoro
2 l brodo di selvaggina
Scorza d'arancia non trattata 1 ricciolo fine
Spezie: aglio, mirtilli rossi, timo, salvia, rosmarino, ginepro

400 g polenta di mais
200 g farina di grano saraceno grossa
200 g formaggio Bergkäse a cubetti piccoli
Burro
Spezie: salvia, sale, pepe

4 zucchine

Preparazione

Preparazione del gulasch di selvaggina

Soffriggete la cipolla in olio caldo fino ad ottenere un bel colore dorato. Aggiungete le carote e il gambo di sedano, la carne e il concentrato di pomodoro e rosolate il tutto. Irrorate con il vino rosso, aggiungete il brodo di selvaggina a poco a poco e fate stufare per circa 90 minuti. Poco prima del termine della cottura, tritate la scorza di arancia e le spezie e aggiungetele alla carne.

Preparazione della polenta di mais e grano saraceno

Portate ad ebollizione 2 l d'acqua. Versate a poco a poco la polenta di mais e la farina di grano saraceno continuando a girare. Fate cuocere a fiamma bassa per circa 45 minuti. Insaporite con sale, pepe e salvia. Infine aggiungete il burro e il formaggio a cubetti.

Preparazione del contorno di zucchine

Tagliate le zucchine a striscioline e stufatele nel brodo. Insaporitele con sale alle erbe e saltatele in una padella con dell'olio.

Presentazione

mettete la polenta nel piatto, disponetevi accanto il gulasch

Sale alle erbe

Olio d'oliva per insaporire

Una ricetta di: Elisabeth Erlacher, rifugio Hochganhhaus - Casa del Valico

di selvaggina e le zucchine e servite.