

Rehkeule mit Kastanien und Schokolade

– Pankreasdiät –

1 ½ Pfd. Rehkeule
1 Pfd. gegarte Kastanien
40 g Schokolade (80 Prozent Kakaoanteile)
1 l Rotwein
½ l Fleischbrühe
2 Petersilienwurzeln
½ Sellerieknolle
2 große Zwiebeln
8 Knoblauchzehen
1 großes bouquet garni mit Thymian
1 Apfelsine
Salzpfeffer

Apfelsine entsaften, stark erhitzen und Fleisch drin versiegeln, Wurzeln und Zwiebeln ebenfalls kurz mit „braten“; salzen und pfeffern, erhitzte Flüssigkeiten, Knoblauch und bouquet dazugeben, zudecken und in ca. 1 ½-2 Stunden ganz sanft garen. Fleisch rausnehmen, kurz ruhen lassen und währenddessen Gemüse aus der Sauce nehmen, Knoblauch und 100 g Kastanien drin pürieren, restliche Kastanien reingeben, Schokolade auch und schmelzen lassen; währenddessen Fleisch in Scheiben schneiden und leicht mit Sauce bedeckt servieren; restliche Sauce nebenbei.