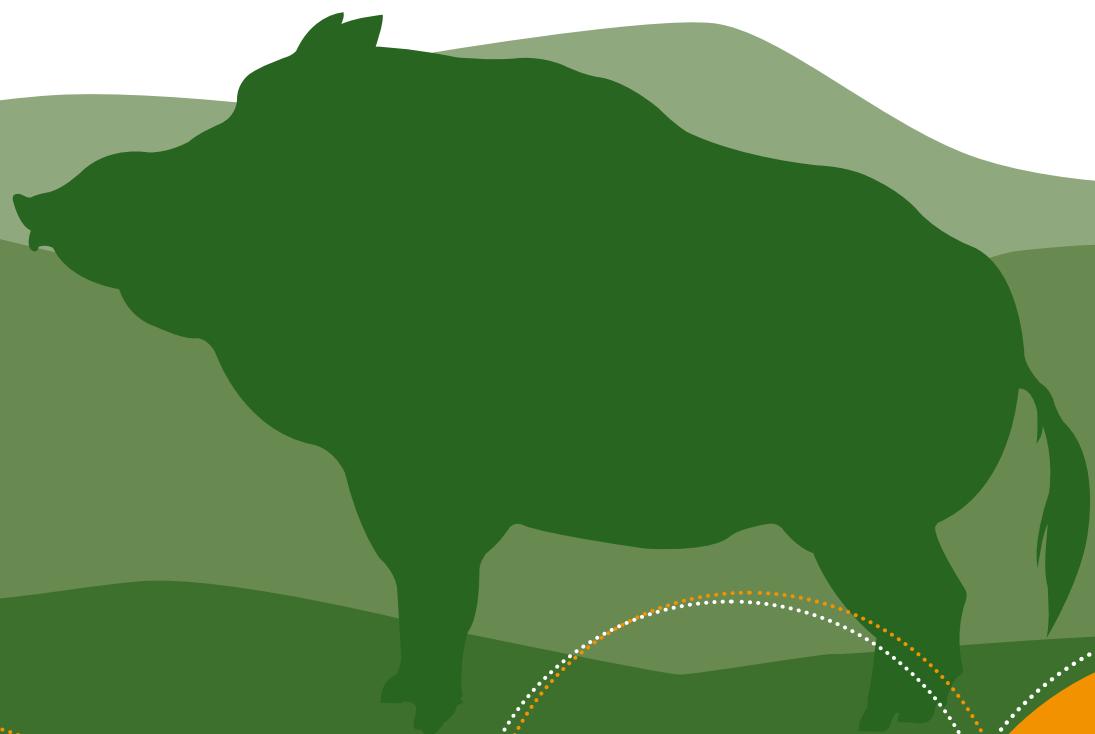




NATURPARK SCHWARZWALD  
MITTE/NORD

# WILDE SAU

für zu Hause



## Die Wilde Sau in der Küche

Bestens geeignet für die  
Alltags-, Festtags-, Grill-  
und Vesperküche



## Fleischkunde

Tipps zur Verarbeitung

## Leckere Tipps und Hinweise

Gewürze, Beilagen und  
Getränke zur Wilden Sau

## Der Naturpark Schwarzwald Mitte/Nord – Mensch und Natur im Blick

Die Landschaft im Naturpark Schwarzwald Mitte/Nord ist vielfältig. Ausgedehnte Wälder, Wiesen, Weiden und besondere Lebensräume wie Karseen und Moore prägen sie. 800.000 Einwohner leben in den über 100 Städten und Gemeinden, die zur Naturpark-Familie gehören. Mit seinen 4.200 Quadratkilometern ist das Großschutzgebiet der größte Naturpark in ganz Deutschland. Der Naturpark unterstützt Erzeugerinnen und Erzeuger aus der Region dabei, etwa auf den Naturpark-Märkten ihre Produkte zu vermarkten. In den Naturpark-Schulen und

Naturpark-Kindergärten lernen die Kinder von Expertinnen und Experten aus ihrer Umgebung, was typisch für die Natur und Kultur in ihrer Heimat ist. Mit Pflegeaktionen und Wildblumenwiesen erhält der Naturpark die typische Schwarzwälder Natur- und Kulturlandschaft. Er gibt zudem Tipps, was jeder vor Ort für den Klimaschutz machen kann. Der Naturpark ist Heimat, Erholungs-, Erlebnis- und Urlaubsgebiet. Für einen nachhaltigen Tourismus sorgen zum Beispiel die Trekking-Camps und der Naturpark-Radweg. Der Naturpark ist Lebensraum.



[www.naturparkschwarzwald.de](http://www.naturparkschwarzwald.de)  
[www.naturparkschwarzwald.blog](http://www.naturparkschwarzwald.blog)  
[www.naturpark-detektive.de](http://www.naturpark-detektive.de)



# Vorwort

## Wilde Sau – natürlich. urig. lecker.

Liebe Leserinnen und Leser,

**Wildschweinfleisch ist ein hochwertiges regionales Lebensmittel aus unserer heimischen Natur.**



Mit dem Projekt Wilde Sau setzt sich der Naturpark Schwarzwald Mitte/Nord aktiv dafür ein, dass dem urigen Borstentier die Wertschätzung zukommt, die es verdient. Gleichzeitig wollen wir regionale Wertschöpfungsketten vom Jäger und der Jägerin über die Metzgereien bis hinein in die Gastronomie auf- und ausbauen. Und wir wollen über Jagd, Jäger und das jagdliche Handwerk informieren.

In diesem Magazin nehmen wir Sie mit auf eine kulinarische und informative Entdeckungsreise in die Welt der Wilden Sau.

Wir zeigen Ihnen, was die Wilde Sau alles kann und wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen, Kochen und Genießen!

Mit besten Grüßen

### KARL-HEINZ DUNKER

Geschäftsführer  
Naturpark Schwarzwald Mitte/Nord

### UWE BAUMANN

Ideenwerkstatt

### Die Wilde Sau – ein Erfolgsprojekt

Die Wilde Sau wurde im Rahmen eines Pilotprojektes zur Wildbretvermarktung vom Naturpark Schwarzwald Mitte/Nord entwickelt. Von Anfang an war vorgesehen, dass die Wilde Sau in weitere Naturparke wandert. Den Anfang machen die Naturparke Neckartal-Odenwald und Stromberg-Heuchelberg.

Moderiert und eng begleitet wurde und wird das Projekt durch Uwe Baumann von der gleichnamigen Ideenwerkstatt in Lahr/Schwarzwald. Dazu arbeitet eine naturparkübergreifende Wilde Sau-Lenkungsgruppe gemeinsam mit Uwe Baumann an der Weiterentwicklung des Projekts.

Das Projekt Wilde Sau wird unterstützt durch das Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg.



# Inhalt

- 5 Wildschwein – Leckerbissen aus heimischer Natur  
6 Was Sie über das Fleisch der Wilden Sau wissen sollten  
7 Was Sie über die Wilde Sau wissen sollten  
8 Die Wilde Sau – küchenfertig  
10 Wildschwein-Rezepte für jeden Anlass  
22 Wild liebt (Ge)würze  
23 Sommelier-Tipps – Getränke zur Wilden Sau  
24 Bastelanleitungen/Ausmalbild für Kinder  
26 Veranstaltungstipps  
27 Für Wilde Sau-Fans



# Impressum

Herausgeber:

Naturpark Schwarzwald Mitte/Nord e.V.  
Im Haus des Gastes, Hauptstraße 94, 77830 Bühlertal  
Telefon 07223 957715-0, Fax 07223 957715-19, E-Mail: [info@naturparkschwarzwald.de](mailto:info@naturparkschwarzwald.de)

Kontakt:

Simone Braun, [braun@naturparkschwarzwald.de](mailto:braun@naturparkschwarzwald.de)

Konzeption & Realisierung:

Uwe Baumann Ideenwerkstatt, Lahr

Texte:

Uwe Baumann

Mitarbeit:

Gerd Baumer, Michaela Kahl, Bianca Brosch, Stefan Dangel, Hubert Huck, Sibyll Mayer, Jan Tischler, Roland Tischler, Gisela Backfisch (Bastelanleitungen)

Produktionsleitung:

Uwe Baumann Ideenwerkstatt, Lahr

Rezepte:

Sibyll Mayer

Grafik & Layout:

Werbeagentur Vollmone GmbH, Offenburg

Druck:

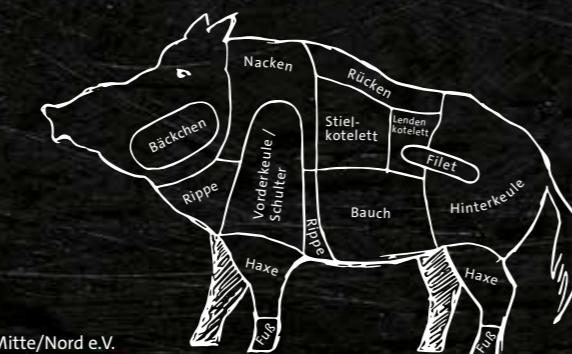
Franz Huber, Druckerei und Verlag GmbH, Offenburg

Fotos:

Uwe Baumann, Dimitri Dell, Jochen Denker, Uli Glasemann, Sebastian Wehrle, Naturpark Schwarzwald Mitte/Nord e.V., Ulrike Klumpp, [adobeStock](#), [shutterstock](#)

Grafiken:

Uwe Baumann Ideenwerkstatt, Katja Schneider, Naturpark Schwarzwald Mitte/Nord e.V., [adobeStock](#), [shutterstock](#)



# Schwarzwild aus dem Schwarzwald

## Leckerbissen aus heimischer Natur

Wildschweinfleisch gilt als eine der ursprünglichsten Formen von Fleischgenuss. Genauer gesagt hat es eine Jahrtausendgeschichte hinter sich. Seit rund 10.000 Jahren kann man seine Geschichte nachvollziehen. Im Mittelalter war die Jagd auf das Wildschwein nur Vorrecht der Fürsten, sein Genuss war so dem Adel vorbehalten.

Zum Glück hat sich das geändert! Wildschweinfleisch ist heute für jede und jeden direkt bei Jägerinnen und Jägern, bei Forstbetrieben, in Metzgereien und auf Märkten sowie bei Wildmanufakturen nahezu ganzjährig erhältlich. Wenn hier und da ein „aktuell leider ausverkauft“ gemeldet wird, liegt das in der Natur der Sache. Wildschweine leben bekanntlich frei und deren Jagd ist herausfordernd.

Dass dieses wertvolle Lebensmittel trotzdem nahezu ganzjährig zur Verfügung steht, hat auch damit zu tun, dass bei uns in Deutschland und insbesondere in Baden-Württemberg eine große Wildschwein-Population zu Hause ist. Dies liegt daran, dass das Wildschwein ein so genannter Kulturfolger ist. Es erlangt durch die landschaftsverändernden Maßnahmen des Menschen sowie durch das Fehlen von Fressfeinden und den immer milderden Wintern enorme Vorteile und kann sich so weiter ausbreiten.

Ganz besonders wohl fühlt sich das Tier auch bei uns im Naturpark, insbesondere dort, wo es Buchen und Eichen und dichtes Untergehölz zum Schutz gibt. Wildschweine ernähren sich vielfältig und gesund. Sie bedienen sich im Feinkostladen der Natur und leben von dem, was jahreszeitlich zur Verfügung steht. Dies wirkt sich sowohl auf die hervorragende Fleischqualität als auch auf die im Fleisch enthaltenen Nährwerte aus.

Zirka 90 Prozent pflanzliche und zirka zehn Prozent tierische Kost nimmt eine Wilde Sau zu sich. Durch ihr Leben in freier Natur sind sie in ständiger Bewegung. Entsprechend ist ihr Fleisch muskulös und gut durchblutet. Ein Schuss in vertrauter Umgebung beendet ihr Leben. Lange Transportwege für Fleisch entfallen bei regionaler Vermarktung.

### Das Fleisch der Wilden Sau ist...

- ... eine außergewöhnliche Spezialität.
- ... ein hochwertiges regionales Lebensmittel aus unseren Wäldern.
- ... ein geschmacks- und aromenreicher Leckerbissen aus heimischer Natur.
- ... bestens geeignet für die Alltags-, Festtags-, Vesper-, Grill- und Einmachküche.
- ... eine Empfehlung an alle Genießerinnen und Genießer, die das Natürliche schätzen und lieben.



natürlich. urig. lecker.



## Was Sie über das Fleisch der Wilden Sau wissen sollten

Das Wildschwein gilt als Urahne des heutigen Hausschweins. Es weist jedoch sowohl in der äußereren Gestalt als auch in der Qualität des Fleisches andere Merkmale auf. **So ist Wildschweinfleisch deutlich dunkler und magerer als das Fleisch des Hausschweins. Es besitzt eine festere Struktur.**

Wildschweinfleisch werden Attribute wie natürlich, aromatisch, angenehm würzig, saftig, zart, leicht verdaulich und kalorienarm zugesprochen. Es ist reich an gesunden Omega-3-Fettsäuren, Mineralstoffen, Vitaminen und Proteinen (Eiweißen). Zurückzuführen sind die besondere Qualität und die Aromatik des Fleisches auf die abwechslungsreiche Ernährung in der freien Wildbahn – inklusive der Bewegungsintensität.

Grundsätzlich lässt sich aus dem Fleisch des Wildschweins alles zubereiten, was sich aus dem Fleisch des Hausschweins zubereiten lässt. Es kann gebraten, geschmort, gegrillt, geräuchert oder auf andere Weise veredelt werden. Wie beim Hausschwein, lässt sich auch beim Wildschwein alles verwerten.

Die Wilde Sau eignet sich warm zubereitet bestens für die Alltags-, Festtags- und Grillküche. Auch die kalte Küche hält viele Leckerbissen parat. Auf die Möglichkeiten in Sachen Einmachen für eine schnelle Küche zu Hause sei hier auch hingewiesen. Wildschwein lässt sich in den Bereichen von Apéro, Suppen, Vor- und Hauptspeisen sowie Desserts einsetzen.

### UND WAS GIBT ES ZUR WILDEN SAU ? DAS THEMA BEILAGEN

*Delikat verbindet sich das Fleisch von Schwarzwild jahreszeitlich mit Beilagen wie Rot- oder Grünkohl, Rosenkohl, Wirsing, weißen Rübchen und anderen Wurzelgemüsen.*

*Spätzle und Nudeln aller Art (inkl. Schupfnudeln), Semmel- und Kartoffelknödel, Brat- und andere Kartoffeln, Püree von Maroni, Sellerie oder Kürbis, Risotto und Polenta mundet ebenfalls bestens.*

*Köstlichkeiten aus dem Wald, wie Pfifferlinge, Stein- oder Stoppelschwammpilze, Maronen oder gar Trüffel sind hervorragende Geschmackspartner. Zu erwähnen sind an dieser Stelle ebenso unterschiedlichste Waldbeeren und Wildkräuter – von Preiselbeere bis Bärlauch.*

*Salate oder unterschiedliche Dips und Chutneys, wie zum Beispiel ein Zwiebel-Chutney, ein Chutney von grünen Äpfeln oder ein Heidelbeer-Chutney sind ebenfalls wunderbare Begleiter. Auch Kirschen, Pflaumen sowie Birnen oder Wild-Preiselbeeren und Vogelbeer-Gelee bereichern die Gerichte.*

*Dazu gehören je nach Zubereitungsart des Fleisches Saucen, in denen zum Beispiel Wacholder, Thymian oder Lorbeer eine Rolle spielen.*

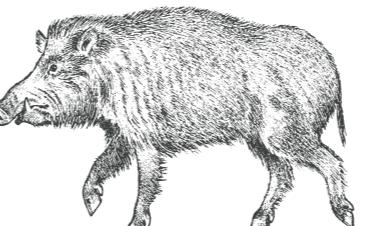
## Schwarzwild aus dem Schwarzwald

## Was Sie über die Wilde Sau wissen sollten

Wildschweine waren ursprünglich reine Wildtiere – borstig, scheu, urig und klug. Inzwischen bewohnen sie eine Vielzahl von Lebensräumen, darunter Wälder, Felder, Sumpfgebiete und sogar städtische Gebiete. Sie sind anpassungsfähig und können in verschiedenen Umgebungen überleben.

Die eigentlich tagaktiven Tiere leben aufgrund der intensiven Nutzung von Wald und Flur durch den Menschen heute weitgehend nachtaktiv. Tagsüber ziehen sich die Wildschweine in Dickungen aus Brombeeren, Schwarzdorn oder Nadelgehölzen zurück.

Wildschweine leben in Gruppen, die als Rotten bezeichnet werden. Die Rotten setzt sich üblicherweise aus mehreren weiblichen Tieren und ihren Nachkommen zusammen. Die so genannte Leitbache führt die Rotten an und teilt dabei ihre wertvollen Erfahrungen mit den jüngeren Mitgliedern der Rotten.



Schauen Sie gerne auf unsere Webseite  
[www.wilde-sau.net](http://www.wilde-sau.net)

WILDSCHWEINE  
SIND WERTVOLL FÜR  
DEN WALD



Schwarzkittel tun dem Wald gut. Denn mit ihren kräftigen Rüsseln – in der Jägersprache „Wurf“ genannt – wühlen und lockern sie den Waldboden auf und suchen dort nach Nahrung – auch nach den Larven und Engerlingen von Forstsäädlingen wie Blatthornkäfer, Kiefernspinner oder Gespinstwespe.

Der Nebeneffekt: Sie vermischen dabei unterschiedliche Erdschichten, die nährstoffreiche Humusschicht wird untergewühlt. Noch mehr: Beim Wühlen werden Kohlenstoff, Stickstoff und andere Pflanzenährstoffe freigesetzt, was sich positiv aufs Pflanzenwachstum auswirkt – und optimale Bedingungen für Keimlinge aller Art schafft.

So unterstützen die Schwarzkittel auch die Verjüngung des Waldes.



# Welches Teil für welches Gericht?

# Die Wilde Sau küchenfertig

**RÜCKEN:** Nacken und Rücken liefern feinste Stücke – am besten zum Kurzbraten oder als Steaks für den Grill.

**FILET:** An der Innenseite des Rückens sitzen die besonders zarten Filets. Ein sehr edles Stück Fleisch. Kurz gebraten sind sie eine Delikatesse.

**HINTERKEULE:** Die Keule besteht aus Oberschale, Unterschale, Nuss und Hüfte und ist vielseitig verwendbar. Zum Kurzbraten oder Grillen eignen sich Hüfte, Nuss, Ober- und Unterschale – zum Braten einsetzbar sind Hüfte und Nuss. Tipp vom Experten: Von der Rolle lassen sich bei filetähnlichem Zuschnitt auch saftige Steaks zubereiten. Die Stärke der Stücke sollten mindestens zwei und maximal vier Zentimeter betragen.

**HAXEN:** Die Haxen, auch Eisbein genannt, können gekocht, geschmort, gegrillt und gegart werden.

**BÄCKCHEN:** Wildschweinbäckchen sind bestens zum Schmoren geeignet.

**SCHULTER:** Die Schulter kann sehr gut zum Schmoren oder als Rollbraten genutzt werden. Aus dem Schulterbereich wird auch das Schäufele gewonnen.

**NACKEN:** Der Nacken – auch Hals genannt – kann im Ganzen geschmort als Braten oder als Ragout oder Gulasch zubereitet werden. Nackensteaks aus dem Halsbereich sind kurzgebraten oder gegrillt eine Köstlichkeit. Dies gilt auch für Nackenkoteletts.

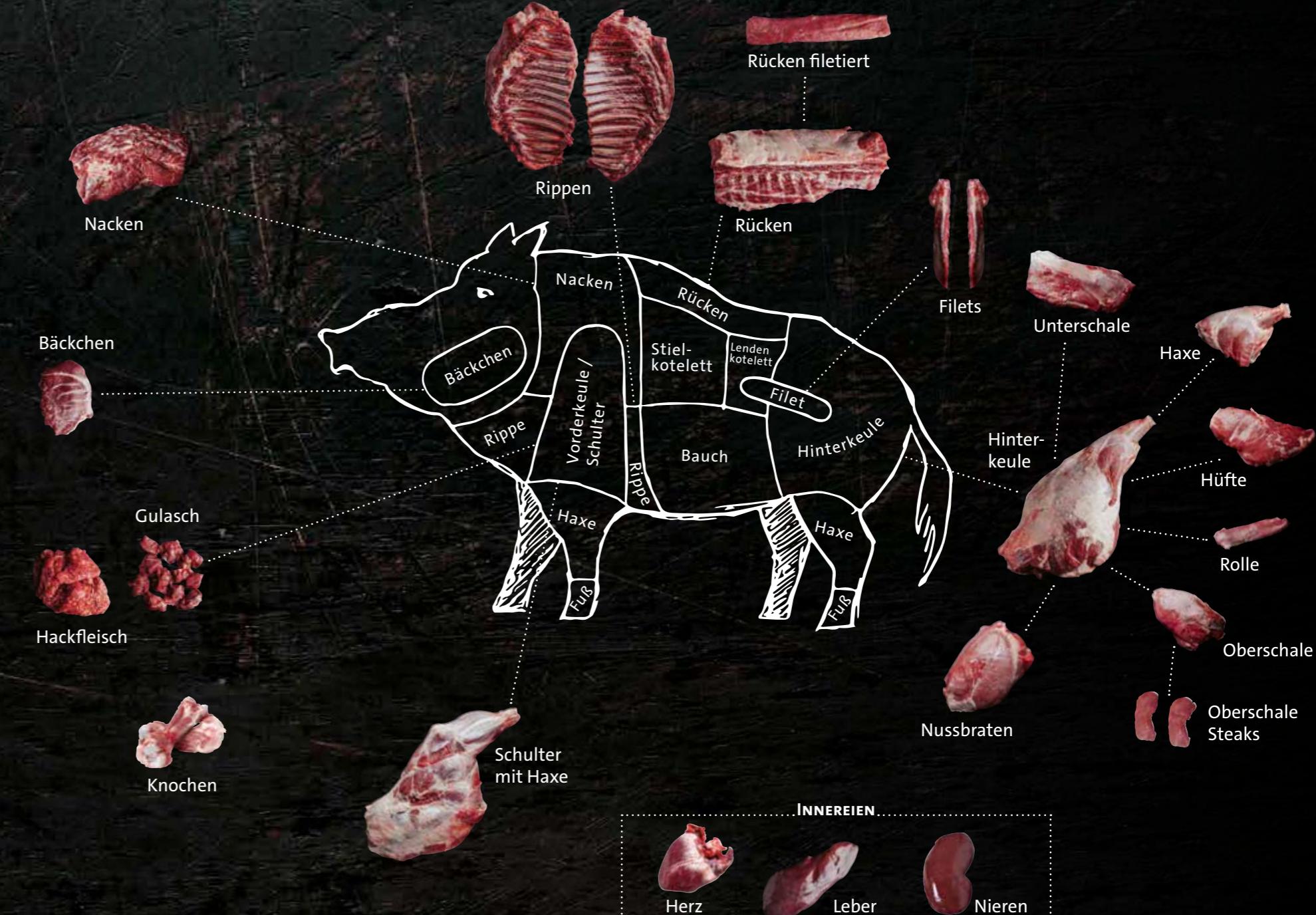
**RIPPEN:** Rippen eignen sich gut zum Grillen – auch im Backofen.

**BAUCH:** Bauchfleisch kann man für Gulasch, Hackfleisch, Eintopf, Suppen und Bratenfond verwenden. Der Bauchlappen eignet sich sehr gut für Rouladen – der ganze Bauch zum Räuchern. Das Bauchfett lässt sich zu Wildschweinschmalz verarbeiten.

**INNEREIN:** Die Leber wird in der Regel gebraten, das Herz geschmort und zu Ragout verarbeitet. Nieren werden halbiert, gewässert und anschließend gedünstet oder gebraten. Freunde von Innereien lieben auch das Hirn der Wilden Sau.

**KNOCHEN:** Aus Knochen lässt sich eine herrliche Wildkraftbrühe oder ein guter Wildfond machen.

**HACKFLEISCH:** Hackfleisch wird aus Schulter, Teilen der Keule, Bauch und anderen Abschnitten gemacht. Ein höherer Fettanteil sorgt für Geschmack und verhindert das Trockenwerden des Fleisches bei Burger-Patties, Frikadellen oder Cevapcici. Bereits zubereitetes Hackfleisch eignet sich gut zum Einmachen als Wildbolognese.



# Wildschwein-Rezepte



## Restaurationsbrot „Wilde Sau“ – reich garniert

### SO WIRD'S GEMACHT

4 große Teller bereitstellen.

2 Scheiben **Brot** pro Teller aufschneiden und mit **Butter** bestreichen. Die Brotscheiben auf die Teller verteilen und mit den **verschiedenen Zutaten** belegen.

**Salate** an den Rand setzen.

Kurz vor dem Servieren die **Zwiebel** schälen, in Ringe schneiden und diese in **Paprikapulver** wenden. Je 3 **Salzstangen** in die **Brote** stecken und **Zwiebelringe** darüberlegen.

**Tomate** klein schneiden, **Schnittlauch** in Röllchen schneiden und garnieren.

RETRO PUR!  
Alles auf  
einem Teller

### ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

- |  |                             |
|--|-----------------------------|
| 1 Bauernbrot für Brotscheiben            | 8 Cornichons                |
| 2 geräucherte Forellenfilets             | 1 Zwiebel                   |
| 8 Scheiben Wildschweinlyoner             | 12 Salzstangen              |
| 4 Scheiben gekochter Wildschweinschinken | etwas Schnittlauch          |
| 8 Scheiben Wildschweinbraten             | etwas Tomate                |
| 4 Scheiben Schnittkäse                   | etwas Fleischsalat          |
| 4 Stück Weichkäse (Brie)                 | etwas Paprikapulver edelsüß |
| 4 hartgekochte Eier                      | etwas Butter                |
- Verschiedene Salate nach Belieben





## Wilde Quiche Lorraine

### SO WIRD'S GEMACHT

Mehl und Salz in eine Rührschüssel geben und vermischen. Butter in Würfel schneiden, mit Ei und Wasser zum Mehl geben. Mit den Knethaken zügig zu einem Teig verarbeiten. Für 30 Min. in den Kühlschrank stellen.

Den Boden der Backform mit Backpapier auslegen und den Rand buttern. Zwiebeln und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Schinken in 1 cm große Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne schmelzen und Schinken, Zwiebeln und Knoblauch bei mittlerer Hitze darin andünsten. Abkühlen lassen.

Champignons waschen und trocken tupfen. In 1 cm dicke Scheiben schneiden. Butterschmalz in die Pfanne geben und heiß werden lassen und Pilze darin anbraten. Salzen und pfeffern. Zur Seite stellen.

Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Teig auf bemehlter Fläche ausrollen, in die Form legen und dabei einen Rand von 3 cm andrücken. Boden mit Gabel einstechen. Zwiebel-Schinken-Masse mit 2/3 der Pilze mischen und auf dem Teig verteilen. Käse grob reiben und auf der Masse verteilen. Eier und Sahne verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken und auf die Quiche gießen. Rest Pilze dekorativ darauf verteilen.

Auf die mittlere Schiene in den Backofen stellen und ca. 50 Min. backen. Eventuell Oberfläche mit Alufolie abdecken.



### ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

#### Teig:

200 g Mehl Type 405  
5 g Meersalz  
125 g Butter  
1 Ei  
1 EL kaltes Wasser

#### Füllung:

2 EL Butter  
3 Zwiebeln  
1 Knoblauchzehe

150 g Wildschweinschinken, gekocht, in Scheiben geschnitten  
200 g Emmentaler, am Stück  
200 g Champignons  
3 Eier  
200 g Sahne  
etwas Butterschmalz  
etwas Meersalz und Pfeffer aus der Mühle  
etwas Muskatnuss  
Backform, 26 cm Ø



# Wildschwein-Rezepte



## Wilde Sau-Fleischküchle

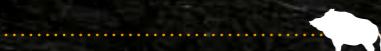
### SO WIRD'S GEMACHT

Brötchen klein schneiden, mit der heißen Milch übergießen und abdecken.

Zwiebelwürfel und Knoblauch in etwas Butterschmalz anbraten, Thymianblättchen dazugeben und kurz angehen lassen. Abkühlen.

Hackfleisch in eine Schüssel geben. Restliche Zutaten, die abgekühlten Zwiebelwürfel und das aufgeweichte Brötchen dazugeben. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Mit feuchten Händen Taler formen und in heißem Butterschmalz bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun braten.

Dazu passt Kartoffel- und Endiviensalat.



### ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

500 g Wildschweinhackfleisch

2-3 EL Butterschmalz

1 Ei

1 Brötchen (vom Vortag)

100 ml heiße Milch 3,5% Fett

1 Zwiebel, in feine Würfel schneiden

1 Knoblauchzehe, durch die Presse drücken

1/2 Bund glatte Petersilie, fein hacken

1 EL Dijon-Senf

1/2 Chilischote ohne Kerne, fein hacken

0,5 TL Paprika edelsüß

etwas Worcestersauce

etwas Thymian

etwas Meersalz

etwas frisch geriebe Muskatnuss





## Ossobuco vom Wildschwein

### SO WIRD'S GEMACHT

Backofen 160 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.

**Haxen** auf allen Seiten **salzen** und kräftig **pfeffern**.

Bräter auf der Herdplatte heiß werden lassen. **Olivenöl** dazugeben und **Haxen** bei mittlerer Hitze auf allen Seiten goldbraun anbraten. **Haxen** aus dem Bräter nehmen.

**Gemüse** putzen und in Würfel schneiden. Wieder etwas **Olivenöl** in den Bräter geben und darin das Gemüse unter Rühren andünsten. Mit **Wein** ablöschen und etwas einköcheln lassen.

**Gemüsebrühe** und **Tomatensaft** dazugeben.

**Haxen**, Lorbeerblatt und **Kräuterbüschel** auf das **Gemüse** legen. **Tomaten** im Bräter verteilen. Kurz aufkochen lassen. Deckel schließen und für 2,5 Stunden in den Backofen stellen. Ab und zu den **Haxen** wenden.

Vor dem Servieren nach Bedarf mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken und mit **Zitronenscheiben** dekorieren.

Dazu passt Safran-Risotto oder Polenta.



### ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

1 Bauernbrot für Brotscheiben	2 Dosen Eiertomaten, halbieren, entkernen, vierteln, Saft aufheben	<b>Gremolata:</b> (alles vermengen und kalt stellen)
2 Karotten	etwas Meersalz und Pfeffer aus der Mühle	1 Bio-Zitrone, Schale abreiben
1 Stange Lauch	etwas Olivenöl zum Anbraten	1 Bund glatte Petersilie fein hacken
150 g Sellerie	einige Zweige Thymian und Oregano, als Büschel zusammenbinden	2 Knoblauchzehen, fein hacken
3 Knoblauchzehen	Zitronenscheiben zum Dekorieren	3 EL Olivenöl
2 Zwiebeln		
5 EL Olivenöl		
200 ml trockenen Weißwein		
200 ml Gemüsebrühe		
1 Lorbeerblatt		

Mittleren Bräter mit Deckel



# Wildschwein-Rezepte



## Wildschweinschnitzel mit drei Panaden

### SO WIRD'S GEMACHT

**ZITRONEN-PANADE:** Zitrone waschen, die Hälfte der **Zitrone** abreiben und mit **100 g Paniermehl** mischen.

**KRÄUTER-PANADE:** Vom **Thymian** die Blättchen abzupfen. **Petersilie** waschen, Blätter abzupfen und trocken tupfen. Alles mit **3 EL Paniermehl** mischen und im Mixer fein mahlen. Dann mit **100 g Paniermehl** vermengen.

**BREZEL-KÄSE-PANADE:** Die **Brezel** vom Salz befreien und klein schneiden. Im Mixer zu Bröseln verarbeiten. **Bergkäse** auf der groben Reibe hobeln und zu den Brezelbröseln geben.

Schnitzel abtupfen und bereit legen.

Die **Eier mit Sahne** verrühren.

Schnitzel auf beiden Seiten **salzen** und kräftig **pfeffern**, danach in **Mehl** wenden. Durch die **Ei-Masse** ziehen, etwas abtropfen lassen und in der gewünschten Panade panieren.

Pfanne heiß werden lassen, **Öl** und **Butterschmalz** dazugeben und erhitzen. **Schnitzel** in das heiße Fett legen und bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten goldbraun braten. Dabei Pfanne mehrmals vorsichtig schütteln.

Die fertigen Schnitzel je mit einer **Zitronenscheibe** garnieren.

### ZUTATEN FÜR VIER PERSONEN

8 Wildschweinschnitzel à 100 g  
1 Bio-Zitrone  
10 frische Thymianzweige  
1 Bund glatte Petersilie  
1 Laugenbrezel, vom Vortag  
60 g Bergkäse

100 g Mehl  
3 Eier  
4 EL Sahne  
220 g Paniermehl  
400 ml Pflanzenöl  
75 g Butterschmalz

etwas Meersalz und Pfeffer aus der Mühle  
Zitronenscheiben  
Küchenpapier  
Haushaltssmixer





*Fritten mit wildem  
Chili con Came*



*Wilde Sau-Bolognese*



*Käsefondue*



*Wildschweinschulter  
im Ofen gegart*



*Gyros-Schichtbraten*



*Wilde Sau-Pizza*



*Karamell-Popcorn  
mit Wildschweinspeck*



*Spitzpaprika mit  
Wildschweinhack*



*Spitzpaprika mit  
Wildschweinhack*

Rezepte finden Sie unter  
[www.wilde-sau.net/rezepte](http://www.wilde-sau.net/rezepte)



# Gewürze und Co. für die Wilde Sau

## Wild liebt (Ge)würze



### WACHOLDERBEERE

Kräftiger Wald- und Heidegeschmack, Tannenduft-Anmutung, harmonisieren durch ihre einzigartige säuerliche Note.  
**Tipp:** Beeren vor dem Kochen leicht anrösten und zerstoßen.



### LORBEER

Stark aromatisch, herber Geschmack mit besten Bitternoten, passt sich gut an, gibt durch seine gewaltige Würzkraft geschmackliche Tiefe. Blätter vor dem Kochen leicht einreißen, damit sie ihr volles Aroma entfalten können.



### ROSMARIN

Leicht herb-bitteres Aroma. Gut zu Braten und Kurzgebratenem. Vorsichtig dosieren. Mitkochen, an Fleischstück binden, auf ein kurzgebratenes Stück legen – oder als Füllung nehmen.



### THYMIAN

Mit seiner Super-Würzkraft und einem bittersüßen Aroma eine gute Ergänzung für die Wilde Sau auf dem Teller, gut für Schmor- und Ofengerichte, harmoniert gut mit Rosmarin und Salbei. Thymian wird mitgegart und vor dem Servieren wieder entfernt.



### NELKEN

Intensiver Duft, leicht süßliche Note mit brennend-würziger Schärfe: Ein kraftvolles Aroma für das gewisse Etwas, für Soßen von Schmor- und Braten. Am besten die ganze Blütenknospe in die Soße geben. Achtung: Gut dosieren, Nelken würzen stark.



### PFEFFER

Ob in schwarz, bunt oder rosa: Unverzichtbar für die richtige Schärfe – der Klassiker! Ein guter Pfeffer rundet ein Wilde Sau-Geschmackserlebnis ab. Je nach Gericht frisch gemahlen oder im Mörser vor dem Einsatz leicht zerstoßen.



### SALZ

Salz braucht der Mensch zum Leben, dazu ist ein naturbelassenes, reines Salz eine wichtige und den Geschmack runden-de Krönung für jedes Essen. Ein mit Tannennadeln aromatisiertes Salz bringt dann noch eine weitere Komponente zu Wilde Sau-Gebratenem.



### PREISELBEEREN

Sie gelten als der Klassiker zu Wild: Preiselbeeren. Ob in der Soße, direkt auf dem Teller oder auf einer Birne beigelegt – mit ihrer besonderen Süße schaffen sie eine erfrischende Gaumenfreude.



### KLASSISCHE KRÄUTER

Petersilie, Estragon und Bohnenkraut, Majoran und Co: Eine saftig-grüne Kruste aus gemischten Kräutern peppt optisch und geschmacklich bestimmte wilde Gerichte auf. Allein eine Petersilie schenkt eine angenehme Frische.



### WILDE KRÄUTER

Brennnessel, Löwenzahn, Gänseblümchen, Wegwarte, Huflattich, Sauerampfer und viele andere mehr: Wer Freude am Sammeln von heimischen Wildkräutern hat, wird mit einem wilden Salat als perfektem Wilde Sau-Begleiter belohnt.

### IHR EIGENES WILDE SAU-GEWÜRZ

Machen Sie Ihre eigene Wilde Sau-Würzmischung. Diese beinhaltet Gewürze, die den Fleischgeschmack besonders gut unterstreichen. Grundgewürze dafür sind: Nelken, Lorbeerblätter, Zimtstangen, Pimentkörner und Wacholderbeeren. In Soßen harmonieren sie meist mit Rotwein ergänzt bestens mit dem Fleisch.

**TIPP:** Die Gewürze zusammen in einer beschichteten Pfanne ohne Fett kurz anrösten, abkühlen und danach im Mörser zerkleinern. **ÜBRIGENS:** Auch Majoran, Liebstöckel, Sternanis, Kardamomkapseln, Curry, Ingwer oder Vanille sowie Knoblauch und Zwiebeln können je nach Art des Fleisches und der Zubereitung genutzt und kombiniert werden. Ebenso kann Schokolade als Würze feine Momente schenken.

## Sommelier-Tipps



### ... und welche Getränke passen zur Wilden Sau?

Bei der Auswahl von passenden Getränken zu Wilde Sau-Gerichten kommt es selbstverständlich auf die Art des Fleisches, die Art der Zubereitung sowie auf die Art eventueller Beigaben an. Grundsätzlich gilt: Wildschwein auf Brett und Teller kommt aromatisch und kraftvoll daher, Getränke zu Wildschweinge-richten dürfen daher ebenfalls diese Attribute tragen. Dies gilt für alkoholische wie auch alkoholfreie Getränke.

Im Bereich der Weine stehen daher in erster Linie körper- und aromenreiche rote Weine auf der Genuss-Agenda. Dazu zählen Spätburgunder, Lemberger, Syrah und Merlot. Zu Speisen wie geräuchertem Wildschweinschinken, Wildschweinspeck oder einer Terrine eignen sich auch weiße vollmundige Weine wie Chardonnay, Riesling oder Gewürztraminer. In Verbindung mit einem Apéro kann ebenfalls ein Winzersekt oder Secco ein prickelndes Harmonievergnügen sein.

Bei Bieren bieten sich passend zum Schwarzwild Begleiter wie Dunkel- oder Schwarzbieren an. Zu einem Frischlings-Gericht empfiehlt sich auch ein leichtes Pils oder ein Helles.

Als ein außergewöhnliches Getränk zu einzelnen Wildschweingerichten gilt der wacholderbetonte Gin mit seinen würzigen Noten.

Eine Fülle von alkoholfreien Getränken passt ebenfalls bestens zur Wilden Sau. Hochwertige und geschmacklich einzigartige Beeren- und sortenreine Obstsäfte zählen hier genauso dazu wie Wasser als Essensbegleiter – gerne auch durch Kräuter natürlich aromatisiert. Auch fruchtige Limonaden aus heimischen Früchten und Beeren erfreuen den Gaumen.

Die ganze Auswahl an passenden Getränken finden Sie bei regionalen Produzenten in Ihrem Naturpark.

### Die Wilde Sau-Genusspartner



WALDULMER  
Winzergenossenschaft eG  
Die Rotwein-Spezialisten



# Wilde Sau für Kinder



Bastle dir deine eigene Wilde Sau...



...aus Wolle

#### Du brauchst:

- kardierte Wolle / Märchenwolle
- Bommelmacher / Pompon-Maker für den Körper
- Schnur, um den Bommel zu fixieren
- 4 kleine Pompons für die Beine
- Wolle oder Schnur für den Schwanz
- Filz in den Farben Schwarz und Weiß für die Ohren und die Zähne
- 2 Augen
- 1 kleiner Knopf in braun oder schwarz für den Rüssel
- Heißkleber

#### Der Weg zu deiner wolligen Wilden Sau:

1. Die Wolle fest um den Bommelmacher wickeln
2. Den fertigen Bommel aufschneiden und mit der Schnur fixieren
3. Aus dem schwarzen Filz zwei Ohren und aus dem weißen Filz zwei Hauer ausschneiden
4. Aus der Schnur oder einem Stück Wolle einen Schwanz drehen
5. Alle Teile mit dem Heißkleber an den großen Pompon ankleben



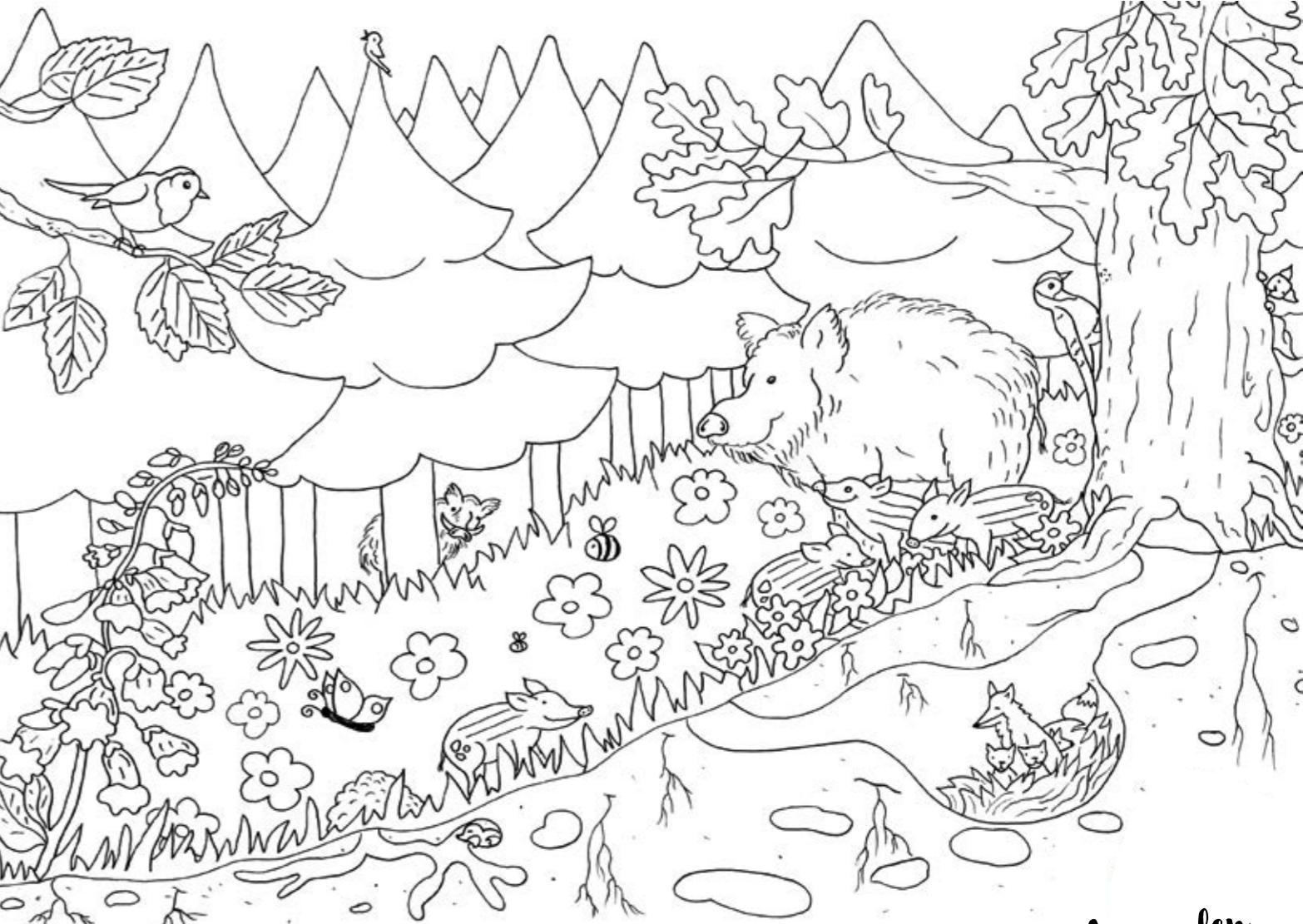
...aus Holz

#### Du brauchst:

- Holzstücke mit verschiedenen Durchmessern
  - 1 Stück für den Körper
  - 1 Scheibe für den Kopf
  - 1 Scheibe für die Ohren
  - 1 dickere Scheibe für den Rüssel
  - 4 kleinere Holzstücke für die Beine
- 1 Stück Lederschnur
- Laubsäge, Bohrer, Schleifpapier
- Schnitzmesser
- Holzleim oder Heißkleber

#### Der Weg zu deiner holzigen Wilden Sau:

1. Alle Holzstücke auf die gewünschten Maße bringen
2. Die Scheibe für die Ohren halbieren
3. Alle Kanten mit dem Schleifpapier entgraten
4. Die vier kleineren Holzstücke für die Beine jeweils an einem Ende anspitzen
5. Augen und Nasenlöcher in die entsprechenden Holzscheiben bohren
6. Vier Löcher für die Beine in das Holzstück für den Körper bohren und Beine mit Holzleim in die Löcher kleben
7. Alle restlichen Teile an den Körper kleben



Viel Spaß beim Ausmalen



# Veranstaltungen

## Kommen Sie der Wilden Sau näher...

Bei Wilde Sau-Veranstaltungen haben Sie vielfältige Möglichkeiten, das Wildschwein besser kennenzulernen.

Besuchen Sie unsere Pirschgänge für Nicht-Jägerinnen und Nicht-Jäger oder genießen Sie bei Tafelrunden, Naturpark-Genuss-Messen, Wilde Sau-Aktionswochen, Kochkursen oder Grill-Workshops kulinarische Delikatessen. Eine Fülle von Angeboten wartet auf Sie.

Alle Informationen zu den Angeboten finden Sie unter:

[www.wilde-sau.net](http://www.wilde-sau.net)



# Für Wilde Sau-Fans

## Herzlich willkommen bei Wilde Sau TV

Zur Jagd gehen ist eine Lebenseinstellung! Das sagen die Wilde Sau-Jäger Tom Stolz und Johannes Magnis. Wilde Sau TV hat die beiden begleitet – erst in den Wald bei Baden-Baden, dann in die Wildkammer von Johannes Magnis. Weitere Videos, u.a. zur Verarbeitung von Wildschweinfleisch mit wertvollen Tipps von Wilde Sau-Metzger Joachim Seeger finden Sie auf dem Youtube-Kanal Wilde Sau TV.



natürlich. urig. lecker.

**Tolle Wilde Sau-Produkte gibt es bei Ihrem Naturpark!**



Ein Projekt von:



Naturpark  
Neckartal-  
Odenwald



NATURPARK  
Stromberg Heuchelberg

Dieses Projekt wurde gefördert mit Mitteln  
des Landes Baden-Württemberg.



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR ERNÄHRUNG, LÄNDLICHEN RAUM  
UND VERBRAUCHERSCHUTZ