

# Rehkeule auf Kartoffelstampf und Wurzelgemüse aus dem Slow Cooker



## Zutaten:

(ca. Angaben):

- Eine Rehkeule
- Brühe (zum Auffüllen)
- Rotwein (300-500ml)
- Wurzelgemüse (Karotten, Sellerie, Zwiebeln, Pastinaken.. was euch so einfallt)
- 2-3 EL Mehl
- 3 Lorbeerblätter
- Salz & Pfeffer
- gutes Öl
- 1 Dose Tomaten

### Kartoffelstampf:

- 800g Kartoffeln (mehligkochend)
- 190 ml Milch
- 60 g Butter
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss



## Zubereitung:

- Das Öl in einer Pfanne erhitzen, dann die Rehkeule rundum scharf anbraten und mit Salz & Pfeffer einreiben.
- Gemüse grob würfeln und in der zweiten Pfanne in Öl schwenken, bis es glasig ist.
- Dann das Mehl über das Gemüse streuen und gut vermengen.
- Fleisch mit dem Rotwein ablöschen.
- Gemüse, Tomaten und dann die Rehkeule mit dem Rotwein in den Slow Cooke geben.
- mit Brühe auffüllen, bis alles bedeckt ist.
- Slow Cooker auf „Low“ 10 Stunden oder „High“ 5 Stunden stellen und schmoren lassen (ich empfehle 10 Stunden low, wenn's aber schnell gehen muss geht auch 5 Stunden high).
- Ca. 40 Minuten vor Servieren den Kartoffelstampf zubereiten.
- Hierzu die geschälten Kartoffeln waschen und ca. 20-30 Min in Salzwasser kochen, bis sie gar sind.
- Anschließend die Milch und Butter in einem Topf erhitzen, bis die Butter geschmolzen ist.
- Die Kartoffeln mit einer Gabel oder einem Stampfer zerdrücken und die Butter & Milch unterrühren.
- Dann noch mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
- Serviert wird die Rehkeule mit dem Gemüse und etwas Brühe auf dem Kartoffelstampf.