



Kaninchen an Kräuterrahmsauce mit jungen Rüebli

Kaninchenrücken ist zwar auch zart, aber etwas trockener als die Schlegel, darum werden sie mit Vorteil in viel Flüssigkeit schonend geschmort. Ein Sud mit reichlich Kräutern wie Rosmarin, Thymian und Salbei, unterstützt von Zwiebel, Knoblauch und etwas Zitronenschale, verleiht dem Gericht einen frisch-würzigen Duft, der ideal zum milden Kaninchenfleisch passt. Sauerrahm, der erst zum Schluss dazukommt, macht die Sauce geschmeidig ohne ihren zarten Charme zu zerstören. Junge Rüebli sind wie gemacht als Ergänzung zu diesem feinen Gericht, sie werden am Besten ganz zum Schluss mit dem Kaninchenfleisch mitgeschmort.

Zutaten (1Portion)

- 2 Stücke vom Kaninchenrücken
(mit Bauchlappen)
- 1 Zwiebel ca. 30g
- 1 Knoblauchzehe
- 1dl Weisswein
- 2dl Hühnerbouillon
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- 4 Zweige frischer Thymian
- 2-3 Blätter frischer Salbei
- 1 kleines Stück Zitronenschale
- 3-4 junge Rüebli
- 40g Sauerrahm
- Mehl
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitung

Zwiebel und Knoblauch hacken. Nadeln von den Rosmarinzweigen abzupfen und grob hacken. Salbei grob hacken. Blättchen von den Thymianzweigen abfieseln. Ein Stück Schale von der Zitrone abschneiden.

2El Olivenöl mässig erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin ca. 1-2 Minuten sanft andünsten. Kräuter zugeben, kurz mitdünsten. Mit Weisswein ablöschen, Zitronenschale und Lorbeerblatt zugeben, leicht köchelnd auf etwa die Hälfte einkochen lassen. Bouillon dazugiessen und aufkochen.

Kaninchenstücke ringsum leicht salzen und pfeffern und mit Mehl bestäuben. In Olivenöl ringsum hellbraun anbraten. Zur Sauce geben, die Fleischstücke sollte gut zur Hälfte im Saft liegen, ev. noch etwas Bouillon zugeben. 1 1/4 Stunden zugedeckt leicht köcheln lassen, dabei 3-4 mal wenden.

Die jungen Rübli müssen nicht geschält werden, es reicht sie mit einer Gemüsebürste gründlich abzubürsten.

Fleisch kurz aus der Sauce nehmen, Sauerrahm einrühren und die Sauce mit Pfeffer und ev. Salz abschmecken. Fleisch und Rüebli wieder zugeben und weitere 20 Minuten ohne Deckel leicht köcheln lassen, damit die Sauce leicht einkocht.

Das Gericht lässt sich problemlos ein halbe Stunde oder auch etwas länger warmhalten.







