

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Geschmortes Kaninchen nach maltesischer Art

Koch: Johann Lafer

Zutaten

(für 4 Personen)

Für den Eintopf

- 2 Kaninchenkeulen
- Olivenöl zum Einreiben und Anbraten
- reichlich Kräuter nach Geschmack (z.B.: Majoran, Thymian, Rosmarin, Salbei, Wacholder, Wildfenchel)
- 200 ml trockener Weißwein
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 1-2 Chilischoten
- 3 Karotten
- 1/8 Sellerieknolle
- 1 Petersilienwurzel
- 2 TL Tomatenmark
- ½ l Wasser zum Auffüllen
- eine Handvoll TK-Erbsen
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Am Vortag:

Das Kaninchen mit Olivenöl einreiben und mit der Hälfte der Kräuter bestreuen. Dann in eine passende Schüssel legen, mit Weißwein begießen, bis es bedeckt ist und über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

Am Kochtag:

1. Zuerst die Zwiebeln, die Chilischoten und den Knoblauch in feine Würfel und die Karotten, den Sellerie und die Petersilienwurzel in 1 cm große Würfel schneiden.
2. Dann etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen, das Kaninchen aus der Marinade nehmen und von allen Seiten scharf anbraten. Anschließend das Fleisch aus dem Topf nehmen und den Knoblauch, die Zwiebeln und das in Würfel geschnittene Wurzelgemüse im Bratrückstand kurz scharf anbraten.
3. Nun das Tomatenmark zugeben, gut verrühren, die kleingeschnittenen Chilischoten begeben und mit dem Wasser aufgießen.
4. Das Kaninchen wieder zugeben und gegebenenfalls mit etwas mehr Wasser auffüllen. Den Deckel auflegen und das Fleisch schmoren lassen. Nach etwa 1-2 Stunden sollte das Kaninchen so weich sein, dass es vom Knochen fällt.
5. Zum Schluss die Erbsen in den Eintopf geben, gut verrühren, noch einmal aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das geschmorte Kaninchen gemeinsam mit dem Gemüse und der entstandenen Sauce in einem tiefen Teller anrichten und genießen.