

Kaninchen mediterran

Zutaten für 4 Portionen:

1 großes Kaninchen
1 Bund Suppengemüse
2 Zwiebel(n)
3 Lorbeerblätter
4 dicke Knoblauchzehen
2 EL Tomatenmark
1 EL Paprikapulver, rosenscharf
3 Stiele Thymian, frischer oder 1/2 TL getrocknet
3 Stiele Majoran, frischer oder 1/2 TL getrocknet
1 Stiele Rosmarin, frischer oder 1/2 TL getrocknet
2 EL Hühnerbrühe, gekörnte
Zucker, Salz und Pfeffer
3 EL Olivenöl
n.B. Wasser
evtl. Oliven
evtl. Kapern
evtl. Zitrone(n), unbehandelt
evtl. saure Sahne

Das Kaninchen zerlegen (Keule, Vorderläufe Rücken usw.). Die Teile waschen und trocken tupfen. Das Suppengemüse sowie die Zwiebeln und den Knoblauch waschen, putzen und zerkleinern.

Das Öl in einem großen Bräter erhitzen und die Kaninchenteile salzen dann scharf anbraten. Die angebratenen Kaninchenteile entnehmen und beiseite stellen. Nun die Hitze auf die Hälfte reduzieren und das Tomatenmark in dem Bratensatz anschmoren. Nach und nach das Gemüse und Zwiebeln und Knoblauch zugeben und auch etwas anschmoren.

Die Kaninchenteile wieder mit in den Bräter geben, alle Gewürze und Kräuter zugeben und alles mit Wasser auffüllen, bis es gut bedeckt ist. Deckel drauf und 2 Stunden köcheln lassen. Wer eine feine Soße möchte, entnimmt die Kaninchenteile und die Lorbeerblätter und püriert die Soße.

Man kann auch nach Vorliebe noch Oliven und Kapern, ungespritzte feine Zitronenscheiben oder etwas saure Sahne je nach Geschmack zufügen.