

REZEPT DER WOCHE

KANINCHENKEULEN IN ROTWEIN GESCHMORT

Dieses Rezept benötigt einen Tag Vorbereitung!

Zutaten für 4 Portionen :

4 frische Kaninchenkeulen, 2 Möhren, 2 Zwiebeln, 500 ml Rotwein,
2 EL Balsamico rot, 1 Lorbeerblatt, 2 Gewürznelken, 10 Pfefferkörner,
2 Zweige Thymian, Salz, Pfeffer, 4 TL Öl, 2 TL Tomatenmark,
500 ml Fleischbrühe

Die Kaninchenkeulen gegenläufig in eine Form legen.

Möhre und Zwiebel schälen und in Stücke geschnitten über die Keulen verteilen. Rotwein, Essig, Gewürze und Thymian in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Die Keulen mit dem abgekühlten Sud übergießen

und zugedeckt mindestens einen Tag marinieren.

Das Fleisch herausnehmen, gut abtropfen und mit Salz und Pfeffer einreiben. Das Öl in einem Schmortopf erhitzen und die Keulen rundherum scharf anbraten. Das Gemüse mit einem Schaumlöffel aus der Marinade heben,

gut abtropfen lassen und mit dem Tomatenmark zum Fleisch geben.

Mit anbraten, dann mit Brühe und Marinade aufgießen und zugedeckt bei schwacher Hitze etwa eine Stunde schmoren lassen.

Die Kaninchenkeulen aus dem Schmorsud nehmen, das Fleisch von dem Knochen lösen und warm stellen. Die Schmorflüssigkeit um etwa die Hälfte einkochen lassen, dann durch ein feines Sieb streichen und falls nötig noch einmal nachwürzen. Das Fleisch zurück in die Sauce geben und kurz erwärmen.

Als Beilage empfehlen wir in Butter geschwenkte Spätzle und Rosenkohl.