

Kaninchenragout mit Möhren

Wild

Vorbereitungszeit: 45 Minuten } 3 Stunden
Zubereitungszeit: 135 Minuten

ZUTATEN für ... Personen		4	6
Kaninchenfleisch (Keulen oder Rücken)	g	1000	1500
Zwiebeln	g	250	375
Möhren	g	1000	1500
Fleischtomaten groß	St.	4	6
Öl	EL	2	3
Cognac	ml	20	30
Weißwein	ml	250	375
Knoblauchzehen	St.	2	3
Bund glatte Petersilie	St.	2	3
Pfeffer, Salz			
Lorbeerblätter			
Thymian			

VORBEREITEN:

1. Kaninchen in kleine Stücke hacken.
2. Zwiebeln grob würfeln.
3. Möhren in Scheiben schneiden.
4. Tomaten häuten, entkernen und grob würfeln.
5. Knoblauch und Petersilie im Mixer zerkleinern

ZUBEREITUNG:

1. Kaninchenfleisch portionsweise mit dem Öl in einer Pfanne kräftig anbraten und dann in einen Bräter umfüllen.
2. Bratenfond mit dem Cognac lösen und zugeben.
3. Zwiebel, Möhren und Tomaten zufügen und unter Rühren erhitzen.
4. Wein, Pfeffer, Salz, Lorbeerblatt und Thymian untermischen und alles im vorgeheizten Backofen 2 Stunden schmoren.
5. Danach Knoblauch-Petersilien-Mischung zugeben und weitere 15 Minuten im Ofen schmoren lassen.
6. Abschmecken. Anrichten.

BEILAGEN / GETRÄNKE:

- * Baguette, Langkornreis
- * Kräftiger weißer Landwein

Backofen	Leiste	Grad	Stunden	Minuten
Unter- u. Oberhitze	2. v. u.	200	2	+ 15

Kcal pro Portion: 535 Trennkost: - * R-193.DOC