

Kaninchenfilet an Zitronensauce



Zutaten

- 1 Stück Zitrone, Bio
- 1 Esslöffel Zucker
- 6 Stück Kaninchenrücken-Filets
- 1 Bund Basilikum
- 1 Teelöffel Senf, gehäuft
- Salz, Pfeffer, aus der Mühle
- 6 Scheiben Schinken, dünn geschnitten
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 1 Esslöffel Butter
- 0.5 dl Weisswein
- 1.5 dl Rahm

Zubereitung

Für 4 Personen

1. Den Backofen auf 70 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen.
2. Mit einem Zestenmesser das Gelbe der Zitronenschale ablösen oder die Schale mit einem Sparschäler dünn abschneiden und in feinste Streifchen schneiden. Den Saft von 1/2 Zitrone auspressen und beiseite stellen.
3. Die Zitronenstreifchen mit 1 dl Wasser und dem Zucker so lange kochen lassen, bis das Wasser verdampft ist. Beiseite stellen.
4. Die Hälfte der Basilikumblätter für das Fleisch abzupfen. Restliches Basilikum fein hacken und für die Sauce beiseite stellen.
5. Die Kaninchenfilets rundum sehr dünn mit Senf bestreichen und mit Salz sowie Pfeffer würzen. Mit den Basilikumblättern belegen, jedes Filet in 1 Schinkenscheibe hüllen und mit Holzstäbchen fixieren.
6. In einer beschichteten Bratpfanne das Olivenöl und die Butter erhitzen. Die Kaninchenfilets darin rundum je nach Dicke insgesamt 3-4 Minuten braten. Sofort auf die vorgewärmte Platte geben und im 70 Grad heißen Ofen 15-20 Minuten nachgaren lassen.
7. Den Bratensatz mit Weisswein und Zitronensaft ablöschen und zur Hälfte einkochen lassen. Den Rahm und die Zitronenstreifchen beifügen und alles noch so lange einkochen lassen, bis die Sauce leicht bindet. Am Schluss das gehackte Basilikum beifügen und die Sauce mit Salz sowie Pfeffer abschmecken.
8. Zum Servieren die Kaninchenfilets schräg in gut 1 cm breite Tranchen aufschneiden, auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit Zitronensauce umgiessen.

(Quelle:wildeisen.ch)