

Kaninchen-Linsen-Topf



Zubereitung

Für 4 Personen

Da Fond in verschiedenen grossen Gläsern verkauft wird, haben wir ein Zirkamass angegeben und ihn entsprechend mit Wasser verlängert.

1 Die Zwiebeln und die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Den Peperoncino entkernen und in kleinste Würfel schneiden. Die Salbeizweige und die Lorbeerblätter mit Küchenschnur zu einem Sträusschen binden.

2 Die Kaninchenstücke mit Salz und Pfeffer würzen. Das Mehl in ein Sieb geben und die Stücke sparsam und möglichst gleichmässig damit bestäuben.

3 In einem Bräter das Olivenöl erhitzen. Die Kaninchenstücke in mehreren Portionen darin bei mittlerer Hitze von allen Seiten anbraten. Aus der Pfanne nehmen.

4 Wenn nötig etwas Öl zum Bratensatz geben und darin Zwiebeln, Knoblauch und Peperoncino andünsten. Den mit Wasser auf 6 dl ergänzten Geflügelfond beifügen. Die Kaninchenstücke wieder in den Bräter legen und zugedeckt auf kleinem Feuer 20 Minuten schmoren lassen.

Zutaten

2 Zwiebeln, mittelgross
2 Knoblauchzehen
1 Peperoncino
2 Zweige Salbei
2 Lorbeerblätter
2 kg Kaninchen, in Stücke geschnitten
Salz, schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
1 Esslöffel Mehl
4 Esslöffel Olivenöl
2 dl Geflügelfond, mit Wasser auf 6 dl ergänzt (siehe Einleitungstext)
200 g Linsen, grün, ersatzweise braun
250 g Cherrytomaten
75 g Oliven, grün, entsteint
1 Bund Petersilie, glattblättrig
0.5 dl Marsala, ersatzweise roter Portwein

5 Dann die Linsen beifügen; darauf achten, dass sie am Anfang mit Garflüssigkeit bedeckt sind – wenn nötig etwas Wasser dazugiessen. Alles zugedeckt weitere 40–50 Minuten garen, bis die Kaninchenstücke schön weich sind.

6 Inzwischen die Cherrytomaten halbieren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Oliven halbieren. Die Petersilie fein hacken.

7 Am Ende der Kochzeit Marsala oder Portwein, Cherrytomaten, Oliven und Petersilie beifügen, alles aufkochen. Wenn nötig nachwürzen und offen – ohne umzurühren, damit die Tomaten nicht zerfallen – noch 5 Minuten kochen lassen.

8 Inzwischen die Salbeiblätter von den Zweigen zupfen. In einer kleinen Bratpfanne im heissen Olivenöl knusprig braten. Über die angerichteten Kaninchenstücke verteilen.

Als Beilage passen eine cremige Polenta, ein Risotto, breite Nudeln oder kleine, in der Schale gebratene, neue Kartoffeln.