



Kaninchen in Arneis mit Polenta

Gemäss vielen Rezepten soll das Kaninchen lange mariniert und danach im Rotwein zusammen mit viel Wurzelgemüse geschmort werden. Nicht so nach diesem eher einfachen Rezept, das auf einem leichten Weissweinfond basiert. Nur etwas Rübli und kräftige Kräuter wie Rosmarin, Salbei und Lorbeer verleihen diesem Gericht einen leicht herben Geschmack, der gut mit dem hellen Kaninchenfleisch harmoniert. Kein Mehl und keine Bouillon, die den zarten Weingeschmack verfälschen würden. Auch darf das Kaninchen (Schlegel, Rücken) nicht zu lange geschmort werden, 45 Minuten sind gerade genug, so bleibt das Fleisch saftig und zart.

Der feinfruchtige, leicht nervige Arneis aus dem Piemont ist für mich der ideale Wein für dieses Gericht. Erhältlich ist der Arneis z.B. bei der Weinhandlung La Bottiglia in Elgg.

Dazu die klassische Beilage: Eine Polenta, die zum Schluss mit Butter und nur wenig Parmesan verfeinert wird.

Zutaten (2 Portionen)

- 3 Stücke vom Kaninchen (mit Schenkel)
- 4dl Arneis
- 1 kleine Zwiebel
- 1 kleines Rübli
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zweig frischer Rosmarin
- 4 frische Salbeiblätter
- 4 Lorbeerblätter
- Salz und Pfeffer
- Bratbutter

Polenta:

150g Polenta grob gemahlen
5dl vegetabile Bouillon
20g Butter
20g Parmesan

Zubereitung

Kaninchenstücke mit Küchenpapier trocknen und mit Salz und Pfeffer einreiben. In Bratbutter allseitig nicht zu scharf anbraten. Die Stücke in einen Schmortopf geben.

Zwiebel, Knoblauch und das klein gewürfelte Rüeblli kurz anrösten und mit Arneis ablöschen, kurz aufkochen und über die Kaninchenstücke giessen. Rosmarin, Salbei und Lorbeer zugeben und zugedeckt 45 Minuten leicht köcheln lassen.

Derzeit die Polenta zubereiten:

Bouillon aufkochen und das Polentagriess einrühren. Die Polenta unter ständigem Rühren 20 Minuten leicht kochen lassen. Eventuell noch etwas Wasser zugeben. Zum Schluss den Parmesan und die Butter untermischen.







Die Zutaten für die Polenta