



Kaninchenschlegel provençale

Zum feinen Kaninchenfleisch passt eine nicht allzu deftige aber würzige Sauce. Herbes de Provence und Oliven als Geschmacksgeber bieten sich da gerade zu an. Und natürlich Zwiebel und Knoblauch die der Sauce "Boden" geben. Ein robuster, aber nicht allzu schwerer Rotwein, z.B. aus dem Languedoc (oder aus Italien: Montepulciano d'Abbruzzo) vervollständigt die Sauce, respektive den Sud, in dem die Schlegel geschmort werden.

Kaninchenfleisch ist von zarter Natur, es braucht nicht stundenlang geschmort zu werden, wie dies in vielen Rezepten empfohlen wird. Nach 45 Minuten leichtem schmoren hat sich das Fleisch von den Knochen gelöst und ist gar und saftig.

Zutaten (2 Portionen):

- 2 Kaninchenschlegel
- 1 kleine Zwiebel oder Schalotte
- 1 Knoblauchzehe
- 1dl Rotwein
- 2dl Hühnerbouillon
- 12 Oliven (ohne Stein)
- 3 Lorbeerblätter
- 1El Herbes de provençe
- Salz und Pfeffer
- Bratbutter

Zubereitung

Kaninchenschlegel salzen und pfeffern. In Bratbutter anbraten. Beiseite stellen.

Zwiebel und Knoblauch fein hacken und andünsten, sobald sie bräunlich werden mit dem Rotwein ablöschen. Ca. 2 Minuten köcheln lassen, Lorbeer und Herbes de

provençe zugeben. Oliven in kleine Stücke schneiden und zugeben. Mit Hühnerbouillon auffüllen und kurz aufkochen, die Kaninchenschenkel in den Sud legen und 45 Minuten halb zugedeckt leicht simmern lassen. Nach der Hälfte der Garzeit Kaninchenschenkel wenden.



