



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Loup marin aux ognions nouveaux et betterave rouge

Coniglio con le noci

Cantuccini-pudding mit Kaffeesauce

Zutaten:

Zubereitung:

Coniglio con le noci

1.3 kg	Kaninchen	
1 dl	Aceto Balsamico	
3 dl	Rotwein	
3 EL	Mehl	
5 EL	Olivenöl	
4 Stk.	Salbeiblätter	
1 Zweig	Rosmarin	
2 Zweige	Thymian	
100 g	Baumnusskerne	gehackt
	Salz, Pfeffer	
2.5 dl	Fleischbouillon	
100 g	grüne Oliven	in Öl
100 g	getrocknete Tomaten	in Öl
100 g	getrocknete Tomaten	in Öl

Kaninchen in Stücke schneiden (Filet ganz lassen). Aceto Balsamico und Rotwein in eine Schüssel geben und Kaninchenstücke über Nacht darin marinieren. Kaninchen aus der Marinade nehmen, trockentupfen und mit Mehl bestäuben. Marinade auf die Seite stellen.

Kaninchenstücke zusammen mit den Kräutern im heissen Öl anbraten.

Die gehackten Baumnusskerne dazugeben und kurziterrösten. Mit der Marinierflüssigkeit ablöschen. Pfeffern und salzen und zugedeckt bei mässiger Hitze garen. Nach und nach die Fleischbouillon dazugeben.

Nach 30 Minuten Schmorzeit die Oliven und die in Streifen geschnittenen Tomaten dazugeben. Weitere 30 Minuten fertig schmoren.

Zum Kaninchen servieren wir eine Polenta mit getrockneten Tomaten. Die fein gehackten getrockneten Tomaten werden am Ende der Kochzeit zur Polenta gegeben.