

Kaninchen-Filet mit Mandel-Speck-Risotto

Für 2 Personen

4 Kaninchenfilets	125 g Risotto	100 g magerer Speck
1 Knolle Sellerie	2 Karotten	1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe	1 Knolle Ingwer, klein	100 g gehackte Mandeln
50 g Parmesan	4 Salbeiblätter	1 Bund Liebstöckel
1 TL Kurkuma	40 ml Sherry	100 ml Weißwein
100 ml Sahne	700 ml Geflügelfond	Puderzucker
Butter	Olivenöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Den Backofen auf 50 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Teller zum Anwärmen in den Ofen geben. Die Sellerieknolle halbieren. Eine Hälfte wird nicht verwendet. Den Sellerie und die Karotten schälen und in kleine Stifte schneiden. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe abziehen und in Würfel schneiden. Den Salbei und den Liebstöckel zupfen und fein hacken. Olivenöl in der Pfanne erhitzen und den Sellerie, die Karotten und die Zwiebeln anschwitzen. Nach circa fünf Minuten den Puderzucker zugeben und karamellisieren lassen. Das Ganze zuerst mit dem Sherry und dann mit dem Weißwein ablöschen. Den Ingwer schälen, eine Scheibe abschneiden und zu der Sauce geben. Den Knoblauch, den Salbei, das Liebstöckel und die Sahne zugeben und köcheln lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen und den Reis glasig anbraten. Nach und nach den Geflügelfond zugeben. Die Kurkuma unterrühren. Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Danach aus der Pfanne nehmen und beiseite legen. Den Speck in Würfel schneiden. Etwas Butter in die Pfanne geben und die Speckwürfel darin anrösten. Den Parmesan reiben. Den Speck, die Mandeln und den Parmesan zu dem Risotto geben und gut vermengen. Das Kaninchenfilet waschen und trocken tupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Olivenöl in die Pfanne geben und das Kaninchenfilet circa zehn Minuten von allen Seiten anbraten. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken und anschließend passieren. Das Risotto auf Tellern anrichten. Das Kaninchenfilet neben den Risotto geben, mit der Sauce übergießen und servieren.

Helmut Woywod am 30. Mai 2011