

Kaninchen-Rücken mit Bohnen-Tomaten-Pot-Au-Feu

Für 4 Personen

150 g getr. dicke Bohnen	2 Kaninchenrücken á 450 g	Salz, Pfeffer
2 EL Butterschmalz	1 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl	1 EL Tomatenmark	500 ml Gemüsebrühe
200 ml Weißwein	6 Blätter Salbei	1 Bund Petersilie
1 Zweig Rosmarin	2 Tomaten	

Bohnen in kaltem Wasser über Nacht einweichen. Am nächsten Tag den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Kaninchenrücken abspülen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. 2 EL Butterschmalz in einer Pfanne (mit hitzebeständigem Griff, sonst mit Alufolie umwickeln) von allen Seiten kurz anbraten. Die Kaninchenrücken in den Ofen geben und etwa 10 Minuten schmoren. Kaninchenrücken herausnehmen, die Filets vom Knochen lösen und warm stellen. Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebeln halbieren und in feine Scheiben schneiden. Knoblauch ebenfalls in dünne Scheiben schneiden. Eingeweichte Bohnen abgießen und abtropfen lassen. Olivenöl erhitzen. Zwiebeln darin andünsten. Knoblauch und Tomatenmark unterrühren. Bohnen dazu geben. Mit Gemüsebrühe und Wein auffüllen und alles ca. 1 Stunde köcheln lassen. In der Zwischenzeit Salbei, Petersilie, Rosmarin abspülen und trockenschütteln. Die Blättchen bzw. Nadeln der Kräuter von den Stielen zupfen. Petersilien- und Salbeiblättchen fein schneiden. Tomaten am Blütenansatz einritzen und ca. 30 Sekunden in kochendes Wasser geben. Die Tomaten häuten und grob hacken. Rosmarinnadeln zu den Bohnen geben. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und weitere ca. 30 Minuten köcheln lassen. Gehackte Kräuter unter die Bohnen rühren. Kaninchenfilets auf die Bohnen legen und weitere ca. 15 Minuten schmoren. Mit Salz, Pfeffer und Balsamessig abschmecken. Nach Belieben Parmesan darüber hobeln und mit Olivenöl beträufeln.

Vincent Klink am 04. April 2013