

Gebratenes Kaninchen mit Tomaten-Sugo und Gnocchi

Für 4 Personen

500 g Kartoffeln, mehlig	Meersalz	1 TL Kümmel
3 große Artischocken	1 Spritzer Zitronensaft	8 Tomaten
80 g Mehl	60 g Hartweizengrieß	1 Prise Muskatnuss
2 Eigelb	2 Schalotten	3 Knoblauchzehen
1 Bio-Orangen	7 EL Olivenöl	30 ml weißer Balsamico
100 ml Tomatensaft	3 Zweige Rosmarin	1 Prise Zucker
1 Spritzer Tabasco	600 g Kaninchenrücken	Pfeffer
4 EL Butter	1 Zweig Thymian	3 Stängel Basilikum
60 g Parmesan		

Kartoffeln waschen und bürsten. In einem Topf mit Salzwasser und 1 TL Kümmel die ungeschälten Kartoffeln weich kochen. In der Zwischenzeit Artischocken waschen und die Stiele abbrechen (dabei lösen sich auch die harten Fasern vom Blütenboden). Mit einem Messer oder einer Schere die oberen Blattspitzen abschneiden (große Artischocken werden so um ein bis zwei Drittel gestutzt). Die äußeren harten Blätter um den Blütenboden entfernen, die Blattansätze und harten Stellen am Rand und an der Bodenunterseite mit einem scharfen Küchenmesser abschälen. Die hellen Herzblätter, die über dem „Heu“ liegen, herausziehen oder abzupfen. Das „Heu“ mit einem Esslöffel entfernen. Die so vorbereiteten Artischockenböden sofort in Zitronenwasser legen. Tomaten am Strunkansatz einritzen, kurz in kochendem Wasser geben, herausnehmen, kalt abschrecken und die Haut abziehen. Gekochte Kartoffeln abschütten, pellen und ausdampfen lassen. Dann durch eine Kartoffelpresse drücken und mit Mehl, Grieß, Salz, Muskat sowie den Eigelben zu einer glatten Masse verarbeiten. Diese dann zu kleinen Kugeln rollen, mit einer Gabel zu Gnocchi formen. Die Gnocchi in einem Topf mit kochendem Salzwasser garen, bis sie auf der Oberfläche schwimmen. Herausnehmen, in Eiswasser abschrecken, im Sieb abtropfen lassen. Für das Tomatensugo Schalotten und 2 Knoblauchzehen schälen und fein schneiden. Orange heiß abspülen, abtrocknen und die Schale abreiben, dann den Saft auspressen. Schalotten und Knoblauch in einem Topf mit 2 EL Olivenöl anschwitzen. Die geschälten Tomaten klein schneiden, zugeben, mit Balsamico und Orangensaft ablöschen und den Saft etwas einkochen lassen. Dann Tomatensaft zugeben und diesen wiederum etwas einkochen lassen. 1 Zweig Rosmarin und Orangenschale zugeben, 5 Minuten ziehen lassen, dann den Rosmarin wieder entfernen. Das Sugo mit Salz, Zucker und Tabasco abschmecken. Die Kaninchenrücken mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit 2 EL Butter, 2 EL Olivenöl und je einem Zweig Thymian und Rosmarin langsam von allen Seiten braten. Die Artischockenböden aus dem Zitronenwasser nehmen, abtrocknen und in Ecken schneiden. In einer Pfanne mit 2 EL Olivenöl sowie mit 1 Zweig Rosmarin und einer geschälten Knoblauchzehe langsam braten. Wenn die Ecken gar sind mit Salz sowie Pfeffer würzen. Gnocchi in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl und 2 EL Butter warm anschwemmen. Basilikum abspülen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Gnocchi, Tomatensugo und Artischockenecken vermischen und in einen tiefen Teller geben. Kaninchenrücken halbieren, darauf setzen, etwas Parmesan darüber hobeln und mit Basilikum garnieren.

Frank Buchholz am 11. August 2014