

Kaninchen-Rücken mit Blutwurst und Mango-Sauerkraut

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

600 g Kaninchenrücken	2 Scheiben Blutwurst	1 Bund Suppengrün
1 weiße Zwiebel	Butter	3-4 Zweige Thymian
Semola	Rapsöl	Olivenöl, Salz

Für das Mango-Sauerkraut:

300 g Sauerkraut	$\frac{1}{2}$ reife Mango	100 g Crème-fraîche
Rapsöl	Pfeffer	

Für die Garnitur:

1 Zweig Petersilie

Für das Fleisch:

Den Kaninchenrücken auslösen und das Fleisch von der Silberhaut befreien. Knochen in Öl rösten. Suppengemüse putzen, klein schneiden und zum Knochen in die Pfanne geben. Ebenfalls anrösten. Thymian hinzugeben. Alles mit Wasser ablöschen und köcheln bzw. reduzieren lassen. Kaninchenkarkasse während des Vorgangs einmal wenden.

Fleisch salzen und leicht mehlieren. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch von jeder Seite ca. 1,5 Minuten braten. Dann Fleisch aus der Pfanne nehmen und ruhen lassen. Blutwurstscheiben von Naturdarm befreien, mehlieren und in der Pfanne kross braten.

Reduzierten Sud in einen zweiten Topf abpassieren, erneut reduzieren lassen und mit Olivenöl oder Butter verfeinern.

Für das Mango-Sauerkraut:

Rapsöl in einem Topf erhitzen und Sauerkraut dazugeben. Etwas anrösten.

Mango schälen und das Fruchtfleisch von Kern schneiden. Fruchtfleisch würfeln und zum Sauerkraut geben. Crème fraîche unterheben und mit Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Petersilie garnieren.

Björn Freitag am 23. Juni 2023