

Kaninchen mit Polenta und Zuckerschoten

 happy-mahlzeit.com/2019/11/24/kaninchen-mit-polenta-und-zuckerschoten/

Zutaten für 4 Personen

Für das Kaninchen:

- 10 dünne Scheiben Serranoschinken
- 12 Stück Kaninchenstränge pariert
- Zitronenthymian
- Öl

Zubereitung:

Die Kaninchenstränge in den Schinken wickeln und in Klarsicht- und Alufolie wie einen Bonbon einrollen. Die Bonbons 10 – 20 Minuten in heißem Wasser garen. Zum Beschweren einen Deckel oder ähnliches auf die Bonbons legen.

Damit der Schinken noch Röstaromen bekommt, das Ganze danach aus der Folie nehmen und kurz zusammen mit dem Zitronenthymian in Öl anbraten.

Für die Polenta:

- 1 Teil Polenta
- 3 Teile Wasser und Wein
- etwas Mascarpone
- Trüffelöl
- Cayenne Pfeffer
- Salz
- Muskat
- Zitronenthymian

Zubereitung:

Das Wasser-Wein-Gemisch aufkochen. Den Sud anschließend überwürzen. Danach die Polenta einrieseln und quellen lassen. Am besten für 4 – 5 Stunden.

Vor dem Servieren mit etwas Mascarpone aufrühren und nochmals mit Cayenne Pfeffer, Salz, Muskat und Trüffelöl abschmecken. Etwas Zitronenthymian zupfen und ebenfalls unterrühren.

Für die Soße:

- 1 guter Schuss Madeira
- süße Sojasoße (indonesisch)
- einige kalte Butterflocken

Zubereitung:

In eine heiße Pfanne etwas Madeira und einen Schuss Sojasoße geben. Einige kalte Butterflocken einrühren, bis eine sämige Soße entsteht.

Für die Zuckerschoten:

- 200 g Zuckerschoten
- 2 Zitronen (Abrieb)
- 50 g Koriander (geschnitten)
- 50 g Minze (geschnitten)
- Salz
- Cayenne Pfeffer

Zubereitung:

Die Zuckerschoten in Streifen schneiden. Mit dem Abrieb der Zitrone und den Kräutern mischen. Das Ganze abschmecken.

Für die Parmesan-Taler

Eine Pfanne erwärmen (nicht zu heiß, sonst wird der Parmesan bitter!), etwas Parmesan hineinreiben und zu einem Taler ausbacken. Aus der Pfanne nehmen und auskühlen lassen.

Zum Anrichten die Polenta auf einen Teller geben, die Kaninchenröllchen aufschneiden und darauf setzen. Die Zuckerschoten daneben drapieren und den Parmesan-Taler auf das Kaninchen legen. Mit der Soße beträufeln.

Rezept: Maria Groß

Quelle: ZDF - Kerners Köche vom 22.7.2017