

## Gebratenes Kaninchen aus dem Ruhrgebiet

Ein richtiger Sonntagsbraten aus alten Zeiten. Aber es konnte natürlich Tränen geben, wenn die Kinder merken, dass im Kaninchenstall eines fehlte...



### Zutaten für 4 Personen:

- 1 junges Kaninchen (ca. 1,8 kg)
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- je 1 Möhre, Lauchstange und Selleriestange oder 1 Stück Sellerie
- 100 g Speck
- 1 EL Öl
- 2-3 EL scharfer Senf
- Salz
- Pfeffer
- 1 Thymiansträußchen
- 1 Chilischote
- 1 Lorbeerblatt
- 0,33 l Export- oder Vollbier oder trockener bis fruchtiger Weißwein
- 3 EL Senf
- Petersilie

### Zubereitung:

- Das Kaninchen in Einzelteile zerlegen, denn die Keulen und Vorderläufe brauchen einfach viel länger als das zarte Rückenfleisch – und so kann man diese empfindlicheren Stücke früher aus dem Topf nehmen.
- Das Fett entfernen, denn das ist kein Genuss. Die Innereien entnehmen, die Nieren halbieren und dabei den Strang entfernen. Zusammen mit der Leber separat in heißem Fett braten, dabei salzen und pfeffern. Schmeckt herrlich auf einem Stück Graubrot.
- Die Keulen vom Rumpf abtrennen, auch die Vorderläufe. Den Rücken in drei bis vier Portionsstücke schneiden. Die Bauchlappen mit Küchenszwirn rund um das Rückenstück binden – so wird das empfindliche Rückenfilet geschont.
- Zwiebeln, Knoblauch, Möhren, Lauch und Sellerie putzen und klein würfeln. Auch den Speck in feine Würfel schneiden. In einem Schmortopf im heißen Öl ausbraten, in diesem Bratfett auch die Kaninchenteile ringsum langsam golden anbraten. Dabei salzen, pfeffern und dick mit Senf einstreichen.
- Herausheben, sobald sie eine schöne Farbe angenommen haben. Stattdessen nun das Gemüse im Bratfett anrösten. Salzen und pfeffern.

- Die Kaninchenteile zusammen mit Thymian, der entkernten Chilischote und dem Lorbeerblatt auf das angeschmurgelte Wurzelgemüse betten. Mit dem Bier oder Wein ablöschen, dann die Hitze reduzieren und das Kaninchen zugedeckt etwa eine Stunde leise schmoren. Wenn man den Schmortopf in den Ofen stellt, der nur milde erhitzt ist (130 Grad Celsius Heißluft oder 150 Grad Celsius Ober- und Unterhitze), braucht man die Rückenstücke nicht vorher herausnehmen.
- Am Ende die Soße nochmals abschmecken, eventuell mit einer Prise Zucker.

**Beilage:** einfach Brot, außerdem ein Salat, zum Beispiel Endivie oder Feldsalat mit gerösteten Speckwürfelchen.

**Getränk:** Tja – Bier oder Wein? Früher kam natürlich nur Bier infrage, heute darf es auch ein Wein sein, der bereits für eine gute Soße gesorgt hat.