

Kaninchenragout mit Senf-Rahmsauce

Zutaten

4 Portionen

1,2–1,5 kg Kaninchenragout

Salz, Pfeffer

Bratbutter oder Bratcrème

2 EL Mehl

2–3 Schalotten, halbiert

2 Knoblauchzehen, gepresst

2–3 Thymianzweige

2 Rosmarinzweige

2 Lorbeerblätter

1–2 cm Zimtstängel

2 Gewürznelken

2 dl helles Bier

1 dl Fleischbouillon

2 EL grobkörniger Senf

1 TL Honig

1,8 dl Saucehalbrahm



Zubereitung

Zubereiten: 40min

Auf dem Tisch in: 40min

1. Ragout portionenweise würzen und in heisser Bratbutter rundum anbraten. Mehl gegen Schluss darüberstäuben, anrösten. Fleisch herausnehmen.
2. Schalotten und Knoblauch in wenig Bratbutter in derselben Pfanne andämpfen. Kräuter, Zimt und Nelken beifügen, mit Bier und Bouillon ablöschen. Fleisch, Senf und Honig zugeben. Zugedeckt bei kleiner Hitze 1 ½ Stunden köcheln.
3. Kräuter und Gewürze entfernen. Rahm beifügen, aufkochen, abschmecken.

Dazu passen Polenta, Nudeln, Kartoffelstock oder Bratkartoffeln.

1 Portion enthält: Energie: 2119kJ / 506kcal, Fett: 21g, Kohlenhydrate: 8g, Eiweiss: 68g