

Kaninchen mit Safran und Rosinen

Fleisch-Gerichte » Kaninchen

Zutaten (4 Personen)

- » 1 Pk. Kaninchenteile
- » Salz
- » Cayennepfeffer
- » 500g Zwiebel(n)
- » 4 Knoblauchzehe(n)
- » 8 EL Olivenöl
- » 1 Msp. Safran
- » 125ml Weißwein
- » 50g Rosinen
- » 4 Lorbeerblatt/ -blätter

Bewertung



Beschaffung

guten Supermarkt



Kosten

11-15€



Zubereitungszeit

61-90min

Zubereitung

1. Den Ofen auf 180°C vorheizen. Die Kaninchenteile abbrausen, trockentupfen und mit Salz sowie Cayennepfeffer einreiben. Die Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Die Knoblauchzehen abziehen und halbieren.

2. Das Olivenöl in einem Bräter erhitzen. Kaninchenteile darin ringsum anbraten. Das Fleisch aus dem Bräter nehmen und beiseite stellen.

3. Zwiebeln sowie Knoblauchzehen ins Bratfett geben und kurz anrösten. Die Kaninchenteile wieder in den Bräter geben und mit etwa der Hälfte der Zwiebeln bedecken. Den Safran im Weißwein auflösen und darüber gießen. Rosinen sowie Lorbeerblätter zufügen. Kaninchenopf zugedeckt 30-40min im Ofen schmoren lassen.

4. Fleisch herausnehmen, Soße mit Salz, Pfeffer abschmecken. Alles anrichten. Dazu passen Reis oder Landbrot und ein trockener spanischer Wein.

Nährwerte: 700kcal/E50g/F43g/KH18g pro Portion

angelegt am: 20.12.2004

Rezept-Nr: 1374

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke