

# Kaninchen auf Bocholter Art

Gericht für 4 Personen

## Zutaten:

2 Kaninchenrücken  
8 Kartoffeln  
1 Bündel Möhren  
1 kg Blattspinat  
250 g Milchbutter  
4 dl brauner Kaninchenfond (falls nicht möglich: Wasser & Fleischextrakt)  
50 g Schalotten  
1 dl Heidebitt (ein mit Heidekräutern verfeinerter Klarer)  
1 cl Honig  
Pfeffer und Salz, Muskatnuss, Thymian  
1 EL Zucker

## Zubereitung:

- Bringen Sie die gewaschenen Kartoffeln mit Schale zum Kochen.
- Die Möhren schaben und in 50 g Butter und etwas Wasser, einer Prise Salz, Thymian und einer Prise Zucker kochen. Sie sollen nicht auseinanderfallen, sondern immer noch ein wenig bissfest sein.
- Den Spinat in etwas geschmolzener Butter kurz garen (mit Pfeffer, Salz und etwas Muskatnuss würzen).
- Während das Gemüse gekocht wird, braten Sie den Kaninchenrücken an. Zuerst in heißer Butter von allen Seiten schön braun anbraten, dann in eine Bratpfanne geben, mit Salz und Pfeffer würzen und im vorgeheizten Ofen etwa 20 Minuten braten lassen.
- Schneiden Sie die in der Schale gekochten Kartoffeln in etwa 1 cm dicke Scheiben und braten Sie sie in einer Pfanne bei schwacher Hitze in etwas Butter an.
- Nehmen Sie den gebratenen Kaninchenrücken aus der Bratpfanne, entfernen Sie vorsichtig so viel Knochen wie möglich und schneiden Sie jeden Rücken in zwei Hälften.
- Halten Sie die Kaninchenstücke warm.
- Das überschüssige Fett in die Bratpfanne gießen, fein gehackte Schalotten hinzufügen und die Bratpfanne mit Heidebitt und Honig ablöschen.
- Die braune Brühe hinzufügen und mit Pfeffer und Salz abschmecken.
- Reduzieren Sie die Sauce auf ein Viertel ihres Volumens und rühren Sie weitere 50 g Butter ein.
- Die Kaninchenstücke auf erhitzte Teller verteilen, einige Karotten, den Spinat und die Kartoffelscheiben auf jedem Teller anrichten, das Fleisch mit der Sauce übergießen und servieren.

## Kochtipps:

Die Gourmetsauce, die diese Zubereitung begleitet, ist deshalb so schmackhaft, weil sie auf Basis einer braunen Brühe aus Kaninchen hergestellt wird.

## Zubereitung für 1 Liter Kaninchenfond:

- Machen Sie eine Mischung aus gewürfeltem Gemüse und geräuchertem Speck (1 Zwiebel, 2 Porreestangen, 3 Karotten, 50 g Speck), Thymian und einem Lorbeerblatt.
  - Diese Mischung in 50 g Fett (vorzugsweise Schmalz) braun braten.
  - 2 Esslöffel Mehl hinzugeben, zu einer Mehlschwitze rühren und auf kleiner Flamme unter Rühren köcheln lassen.
  - Gießen Sie 1 dl Wein und 1 l Brühe dazu, die aus Kaninchenabfällen (Kopf, Hals, Beine) gewonnen wurde.
  - Mit dem Saucenbesen kräftig aufschlagen, 2 EL Kartoffelpüree dazugeben und weiter rühren, bis die Sauce wieder kocht.
- Lassen Sie die Sauce 1 Stunde lang sanft reduzieren.
- Ab und zu abschäumen.