



Kochen

Eva Eppard

Dienstag, 03.05.2016

Gebratener Spargel mit Rauke und gebratenem Kaninchen Rezept für 4 Personen

Für den gebratenen Spargel:

500 g weißer Spargel
150 g Kirschtomaten
1 Bund Rauke
20 g Haselnüsse
3 EL Haselnussöl
2 EL Kürbiskernöl
3 EL Balsamessig
Salz, Pfeffer, Zucker
150 g Ziegenfrischkäsetaler
3 EL Olivenöl oder Traubenkernöl

Für das Kaninchen:

1 ganzes Kaninchen
2 EL Butterschmalz

Zubereitung:

1. Spargel waschen, putzen und schälen. Die Stangen längs halbieren.
2. Tomaten waschen, trocken reiben und vierteln. Rauke putzen, waschen, trocken schütteln und grob zerpfeifen. Nüsse grob hacken.
3. Kaninchenfleisch waschen, trocken tupfen und von den Knochen lösen. Mit Salz und Pfeffer würzen. (Die Knochen mit Suppengemüse und gewürzen wie Piment und Pfefferkörnern für einen Fond verwenden). Butterschmalz erhitzen. Kaninchenteile darin von allen Seiten ca. 10 Minuten braten.
4. In einer Pfanne 2 EL Haselnussöl erhitzen, Spargel zugeben, mit Salz und Zucker würzen. Von allen Seiten ca. 2-3 Minuten braten. Zum Schluss Kürbiskernöl und 2 EL Balsamessig untermischen.
5. Aus restlichem Haselnussöl, Olivenöl, Essig, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette rühren. Mit Tomaten und Rauke mischen, auf Tellern anrichten. Spargel und Ziegenkäse darauf anrichten. Nüsse darüber streuen. Mit dem Kaninchen servieren.