

Wochenthema: Köstlichkeiten für Ostern
Karlheinz Hauser Montag, 29. März 2010

Kaninchenrücken mit Parmaschinken und Tomate gefüllt, Rezept für 6 Personen

Zutaten

200 g Schweinenetz
2 Kaninchenrücken im ganzen mit Niere und Bauchlappen
12 Scheiben Parmaschinken
200 g luftgetrocknete Tomaten
100 g Gänse-oder Geflügelleberparfait
1 Bund Basilikum
etwas Salz, Pfeffer
2 EL Sonnenblumenöl
2 EL Butter
150 ml Kaninchen- oder Geflügeljus
12 Kirschtomaten
200 g Rucola
6 EL Olivenöl
2 EL weißer Balsamico
1 TL Senf
1 EL Limettensaft, frisch gepresst
1 Bund Kerbel
50 g Pinienkerne
1/2 Bund glatte Petersilie
200 g Kräutersaitlinge oder Steinchampignons
2 Schalotten
1 EL Tomatenessig

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad, Gas Stufe 2-3) vorheizen.

Das Schweinenetz gut wässern.

Die Kaninchenrücken auslösen, den Bauchlappen dran lassen und zuschneiden. Je 2 Scheiben Parmaschinken auf den Bauchlappen legen und die getrockneten Tomaten sowie die Niere und das Gänseleberparfait auflegen und je zwei Blätter Basilikum. Kaninchenrücken mit Salz und Pfeffer würzen (nur leicht salzen, da der Parmaschinken schon leicht gesalzen ist), den Rücken vorsichtig einrollen und in Schweinenetz einpacken.

In einer beschichteten backofengeeigneten Pfanne mit etwas Öl vorsichtig rundum anbraten und im Ofen ca. 15 Minuten bei 180 Grad fertig garen, dann ca. 5 Minuten ruhen lassen.

Zum Bratensatz in der Pfanne 1 EL Butter und Kaninchenjus geben und aufkochen.

Kirschtomaten vierteln. Rucola abspülen, trocken schütteln und zupfen. Für das Dressing 5 EL Olivenöl, Balsamico, Senf, Limettensaft, Salz und Pfeffer gut vermischen. Rest Basilikum und Kerbel fein schneiden und unterrühren. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Rest Parmaschinken fein würfeln und in einer Pfanne knusprig braten. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Pilze waschen und in Viertel schneiden. Schalotten schälen und fein schneiden. In einer Pfanne mit 1 EL Butter die

Schalotte anschwitzen, Pilze zugeben und anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie untermischen.

Rucola mit dem Dressing anmachen, die Tomatenviertel darunter mischen. Die Pilze auf den angemachten Salat geben, Pinienkerne und Parmschinkenkrusteln obenauf geben.

Die Kaninchenroulade vorsichtig aufschneiden und je zwei Scheiben an den Salat legen

Das Kaninchen mit der Sauce, etwas Olivenöl und Tomatenessig beträufeln.

Pro Portion: 455 kcal / 1904 kJ

4 g Kohlenhydrate, 34 g Eiweiß, 34 g Fett