Kaninchenrückenfilet mit Rosmarin

Zutaten für Portionen

1 Kaninchenrücken, die zwei ausgelösten Filets, sauber pariert

½ Glas Weißwein

4 Tomate(n), enthäutet, entkernt, klein geschnitten

Salz und Pfeffer, Olivenöl

Für die Marinade:

2 EL Olivenöl, 2 EL Weißwein

1 Zitrone(n), Saft davon

3 Zweig/e Rosmarin, 1 Knoblauchzehe(n), grob geschnitten

Zubereitung

Die Filets für 1 Tag in die Marinade geben und mehrmals darin wenden.

Am nächsten Tag herausnehmen, abtupfen und von allen Seiten in wenig Olivenöl in 3-4 Minuten golden anbraten, salzen, pfeffern, aus der Pfanne nehmen, beiseite stellen und warm halten.

Die Röststoffe mit dem Weißwein ablösen, die Tomatenstücke hinzufügen, salzen, pfeffern und die Sauce etwas einkochen lassen. Nun die Rosmarinzweige aus der Marinade hinzugeben, einmal umrühren und die Temperatur reduzieren bis nichts mehr kocht. Die Filets wieder hinzufügen und möglichst mit geschlossenem Deckel in einigen Minuten gar ziehen lassen. Die Filets sollten innen leicht rosa gegart sein, also aufpassen, dass sie nicht zu lange ziehen.

Heraus nehmen, in Scheiben schneiden, auf den Tellern anrichten und mit der noch einmal erhitzten Sauce benetzen.

Man kann auch die kleinen echten Filets nehmen, die unter den Rippen liegen, sollte man sie bekommen. Dann braucht man aber 2-4 Stück pro Person. Sie wiegen etwa 50-60 g.

Als Beilage empfehle ich toskanische kleine weiße Bohnen, evtl. noch einige kleine Ofenkartoffeln.