

Rezept

Gemüse-Tajine mit Kaninchen

Ein Rezept von Gemüse-Tajine mit Kaninchen, am 24.06.2026

Zutaten

1 Döschen	Safranfäden (0,1 g)	400 ml	Gemüsebrühe
1 großes Bund	Koriander	1/2 Bund	Petersilie
2	Knoblauchzehen	je 1 EL	edelsüßes Paprikapulver und gemahlener Koriander
je 2 EL	Ras-el-hanout (marokkanische Gewürzmischung) und rosenscharfes Paprikapulver	2 EL	Zitronensaft
4	Kaninchenkeulen (jeweils einmal durchschneiden lassen)	2 EL	Olivenöl
			Salz
		je 250 g	Topinambur, Pastinaken und Möhren (eine Farbe oder gemischt)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 560 kcal

Zubereitung

1. Den Safran zwischen den Fingern leicht zerreiben und mit der Brühe mischen. Die Safranbrühe zugedeckt stehen lassen, bis die übrigen Zutaten vorbereitet sind.
2. Den Koriander und die Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Den Knoblauch schälen und sehr fein hacken oder durch die Presse drücken. Die Kräuter und den Knoblauch mit den gemahlenden Gewürzen, dem Zitronensaft und dem Öl in einem kleinen Schälchen mischen und mit Salz würzen.
3. Die Kaninchenstücke waschen, trocken tupfen und mit der Gewürzmischung vermengen. Das Wurzelgemüse putzen, schälen und in mundgerechte Stücke schneiden.
4. Die Kaninchenstücke und das Gemüse in einer Tajine-Form oder in einem Schmortopf (am besten aus Gusseisen) mischen und auf dem Herd erhitzen, bis Kaninchen und Gemüse leicht bräunen. Zwischendurch einmal durchrühren.
5. Dann die Safranbrühe dazugießen und alles zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze ca. 45 Min. schmoren, bis Fleisch und Gemüse gar sind. Zwischendurch umrühren und bei Bedarf noch Flüssigkeit (Wasser oder Brühe) angießen. Die Tajine abschmecken und heiß servieren.