Rezept

Kaninchenkeulen mit Zwiebeln, Tomaten und Zimt

Ein Rezept von Kaninchenkeulen mit Zwiebeln, Tomaten und Zimt, am 06.06.2025

Zutaten

2	Kaninchenkeulen (à 400 g)
	Pfeffer aus der Mühle
2	Knoblauchzehen
1	Lorbeerblatt
1/4	Zimtstange
100 ml	trockener Rotwein (alternativ klare Fleischbrühe)
1 Stängel	Dill (alternativ Petersilie)
	Salz
100 g	möglichst kleine Zwiebeln
8	Cocktailtomaten
1	Gewürznelke
	Zucker
50 ml	klare Fleischbrühe
150 g	Parboiled Reis
1 Stück	Bratschlauch (ca. 60 cm Länge)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 780 kcal

Zubereitung

1. Das Backblech aus dem Backofen nehmen und den Ofen auf 200° vorheizen. Die Kaninchenkeulen kurz kalt waschen, trocken tupfen und rundum mit Salz und Pfeffer würzen.

2. Die Zwiebeln schälen und längs vierteln. Die Knoblauchzehen schälen. Die Tomaten waschen, abtrocknen und mit einer Nadel mehrmals einstechen.

3. Den Bratschlauch auf einer Seite nach Packungsangabe verschließen. Die Kaninchenkeulen nebeneinander in den Bratschlauch legen. Zwiebeln, Knoblauch, Tomaten, Lorbeerblatt, Gewürznelke, Zimtstange und 1 Prise Zucker dazugeben. Wein und Brühe in den Bratschlauch gießen.

4. Bratschlauch nach Packungsangabe verschließen, mittig auf das kalte Backblech legen und oben mit einer Nadel mehrfach einstechen. Die Keulen im Ofen (Umluft 180°; 2. Schiene von unten) 45 Min. garen. Danach 5 Min. ruhen lassen.

5. Etwa 20 Min. vor Garzeitende der Keulen den Reis nach Packungsangabe garen. Inzwischen den Dill waschen, trocken schütteln und vom Stängel zupfen. Dill fein schneiden.

6. Den Bratschlauch in eine flache Schale legen und oben aufschneiden. Die Keulen herausnehmen und mit den anderen Zutaten auf vorgewärmten Tellern anrichten.

7. Die Sauce durch ein Sieb in einen kleinen Topf abgießen, aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen und über die Kaninchenkeulen löffeln. Den Dill unter den Reis mischen und dazu servieren.