

## Rezept

# Kaninchenrückenfilets mit Pfifferling-Bohnen-Gemüse

Ein Rezept von Kaninchenrückenfilets mit Pfifferling-Bohnen-Gemüse, am 20.12.2025

## Zutaten

<b>300 g</b>	Brechbohnen	Salz
<b>300 g</b>	kleine Pfifferlinge	<b>1</b> Schalotte
<b>2 Zweige</b>	Bohnenkraut	<b>100 g</b> durchwachsener Räucherspeck
<b>2 EL</b>	Butter	Pfeffer
<b>1 Bund</b>	Thymian	<b>4</b> Kaninchenrückenfilets (à ca. 150 g)
	Pfeffer	<b>8 Scheiben</b> Parma- oder San-Daniele-Schinken
<b>3 EL</b>	Olivenöl	<b>100 ml</b> trockener Sherry
<b>2 EL</b>	Crème fraîche	Salz

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 635 kcal

## Zubereitung

1. Für das Gemüse die Brechbohnen putzen, waschen und in kochendem Salzwasser bissfest blanchieren. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Die Pfifferlinge putzen und trocken abreiben. Die Schalotte schälen und fein würfeln. Das Bohnenkraut abbrausen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken.
2. Den Speck in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne knusprig braten, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Butter in der heißen Pfanne zerlassen, die Pfifferlinge und die Schalotte darin anbraten. Die Bohnen dazugeben und kurz mitbraten. Den Speck untermischen, das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Bohnenkraut würzen und warm halten.
3. Den Backofen auf 160° vorheizen. Für das Fleisch den Thymian waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen, fein hacken und auf einen Teller geben. Die Kaninchenfilets mit Pfeffer würzen und in den Thymianblättchen wälzen. Jeweils 2 Schinkenscheiben leicht überlappend nebeneinanderlegen und die Filets damit umwickeln.
4. Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Kaninchenfilets darin rundherum anbraten. In eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Ofen (Mitte) in 4-5 Min. fertig garen. Das Fleisch zugedeckt ruhen lassen. Den Bratensatz mit dem Sherry ablöschen und leicht einköcheln lassen. Die Crème fraîche unterrühren. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Die Kaninchenfilets mit der Sauce und dem Pfifferling-Bohnen-Gemüse anrichten. Dazu passen kross gebratene Kartoffelwürfel, Kroketten oder knuspriges Baguette.