

Rezept

Marokkanische Gemüse-Tajine mit Kaninchen

Ein Rezept von Marokkanische Gemüse-Tajine mit Kaninchen, am 28.06.2026

Zutaten

1 Dose Safranfäden (0,1g)	400 ml Gemüsebrühe
1 großes Bund Koriander	½ Bund Petersilie
2 Knoblauchzehen	1 EL gemahlener Koriander
1 EL Paprikapulver (edelsüß)	2 EL Ras-el-Hanout (marokkanische Gewürzmischung)
2 EL Paprikapulver (rosenscharf)	2 EL Zitronensaft
2 EL Olivenöl	Salz
4 Kaninchenkeulen (jeweils einmal durchschneiden lassen)	250 g Topinambur
250 g Möhren (eine Farbe oder gemischt)	250 g Pastinaken

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 565 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. Koriander und Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden. Den Knoblauch schälen und sehr fein hacken oder durch die Presse drücken. Die Kräuter und den Knoblauch mit den Gewürzen, dem Zitronensaft und dem Öl in einem kleinen Schälchen mischen und mit Salz abschmecken.
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 das Fleisch und das Gemüse leicht bräunen. Zwischendurch einmal durchrühren.
5. Dann die Safranbrühe dazugießen und alles zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze ca. 45 Min. schmoren, bis das Fleisch und das Gemüse gar sind. Zwischendurch umrühren und bei Bedarf noch Flüssigkeit (Wasser oder Brühe) angießen. Die Tajine abschmecken und heiß servieren.