

Kaninchenfilet auf geschmorter Paprika

Zutaten für 2 Personen:

400g Kaninchenrückenfilet
3 Stück Paprika
4 Zweige Basilikum
50 g Pinienkerne
50-80 ml Olivenöl
20 g Parmesan
Salz, Pfeffer, Zucker

So wird's gemacht:

Paprika halbieren und entkernen und bei 20-25 min. im Ofen bei 200°C (Oberhitze) oder 250° (Umluft) garen.

Die Schale von der Paprika (kann ruhig schwarz werden) entfernen und die Paprika in Würfel schneiden. Kurz in der Pfanne anbraten und mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen.

Für das Pesto Pinienkerne, Parmesan, Olivenöl und Basilikum zerkleinern (Tipp: hierfür eine Moulinette verwenden), mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Kaninchenfilet würzen und gut anbraten, für 5 Minuten bei 130°C in den Ofen geben. Dazu kann ein frisches Baguette gereicht werden.

Wir wünschen einen Guten Appetit!



Hildegard Lammers
Dompfaffstr.34
53881 Euskirchen
eMail: info@lapinchen.de
Web: www.lapinchen.de

Lapinchen's Hofladen:
Donnerstag & Freitag: 9.00 – 18.00 Uhr
Samstag: 9.00 – 13.00 Uhr
Tel: 02255 13 71
Fax: 02255 26 24

