

Grüner Kaninchensalat Für 4 Personen

2 schlanke Zucchini
100 g feste Spinatblätter
1 Handvoll Brunnenkresse
150 g stricknadeldünne grüne Bohnen
250 g Sommerwirsing (gelbe Innenblätter)
Salz
2 El Mayonnaise
1 El Zitronensaft
2 El Sherry-Essig
Salz, Pfeffer
2 El Schnittlauchröllchen
2 El Hühnerbrühe
1 Kaninchenfilet (½ ausgelöster Rücken)
2 El Öl
1 El Balsamessig
Kerbelblättchen

Die Zucchini längst in dünne Scheiben hobeln, diese schräg in Rhomben schneiden. Spinat und Kresse verlesen, von den Stielen befreien.

Die Bohnenspitzen abknipsen, die Wirsingblätter in 2 cm schmale Streifen schneiden. Beide Gemüse für 3 Min. in kochendes Salzwasser geben, sodann eiskalt abschrecken.

Mayonnaise, Zitronensaft und Essig verquirlen, salzen und pfeffern. Dann Schnittlauch und Hühnerbrühe unterrühren.

Das sorgfältig gehäutete, von allen Sehnen und Flachsen gesäuberte Kaninchenfilet im heißen Öl (1 El zurücklassen) auf allen Seiten sanft aber nachdrücklich anbraten, bis es rundum golden aussieht. Mit Balsamessig beträufeln, salzen und pfeffern, schließlich dicht in Alufolie einwickeln und neben dem Herd ca. 5 – 10 Min. ruhen lassen.

Inzwischen den restlichen Löffel Öl in der Pfanne erhitzen, Zucchini-scheiben darin schwenken – sie sollen nicht rösten, sondern eben nur hellgrün werden. Sofort salzen und pfeffern.

Alle Zutaten, bis auf das Fleisch, in einer flachen, weiten Schüssel vorsichtig mischen, dabei mit Mayonnaise- Marinade beträufeln.

Das Fleisch schräg mit einem sehr scharfen Messer in dünne Scheiben schneiden, einzeln im Saft aus der Folie wenden und auf dem Salat hübsch anrichten. Abgezupfte Kerbelblättchen darüber streuen.