

Kurzgebratene Hasenrückenfilets mit Gemüsevariation



Die Hasenrückenfilets unter fließendem Wasser waschen und trockentupfen. Mit Salz, Pfeffer, Majoran und Thymian kräftig würzen.

Das Fett erhitzen und die Filets darin braten. Die Filets mit Weinbrand flamieren, herausnehmen und bereitstellen.

Für die Sauce die gehackte Zwiebel im verbliebenen Bratfett glasig schwitzen. Den Orangensaft mit der Konfitüre untermischen, mit Weißwein ablöschen und mit der Wildsauce auffüllen.

Alles zu einer sämigen Sauce verkochen und mit etwas Obstessig süßsauer abschmecken.

Das Gemüse entsprechend putzen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Die Gemüsebrühe erhitzen und das Gemüse je nach Garzeit darin bißfest garen.

Die Zwiebel würfeln und glasig schwitzen. Die Kürbiskerne und das Gemüse dazugeben.

Die Sahne angießen, das Gemüse mit Meersalz, Pfeffer und Muskat abschmecken und mit Johannisbrotkernmehl binden.

Die Hasenrückenfilets mit dem Gemüse anrichten, mit der Sauce überziehen und servieren.

4 x	Hasenrückenfilets
	Salz, Pfeffer aus der Mühle
1 Teelöffel	Majoran
1 Teelöffel	Thymian
2 Esslöffel	Pflanzenfett
4 Centiliter	Weinbrand
1 x	Zwiebel
	Saft von einer Orange
2 Esslöffel	bittere Orangenkonfitüre
1 x	Glas Weißwein
0.375 Liter	gebundene Wildsauce
	Obstessig
	für die Gemüsevariationen:
2 x	Fenchelknollen
12 x	Fingermöhren
400 Gramm	Blumenkohlröschen
1 x	Zucchini
0.5 Liter	Gemüsebrühe
1 x	Zwiebel
4 Esslöffel	Kürbiskerne
1 Becher	Sahne
1 Prise	Meersalz
1 Prise	weißer Pfeffer
1 Prise	Cayennepfeffer
1 Prise	Muskatpulver
1 Prise	Johannisbrotkernmehl