

Die HITRADIO RTL Mitkoch-Show

Sendung vom 03.12.2017



Hasenrücken mit Orangen-Zitronen-Zimt-Soße, Rotkraut und Kartoffelknödeln



Zutaten für 4 Portionen

2 Hasenrücken
2 große Pellkartoffeln
(vom Vortag)
200 ml Kalbsjus
300 ml Brühe
1 Ei
1 Zwiebel
½ Rotkohl
½ Orange
½ Zitrone
1 Apfel
1 Zimtstange
Preiselbeeren
Rosmarin
Thymian
Mehl
Stärke
Butter
Rotwein
Essig
Zucker
Muskat
Salz und Pfeffer

Kochutensilien

Schüssel
3 Töpfe
2 Pfannen
Kartoffelpresse
Sieb
Zipperbeutel



Zubereitung

Rotkohl von Strunk befreien, halbieren und klein schneiden. Mit Salz, Zucker, Rotwein und einem Spitzer Essig marinieren und ca. 15 Minuten ziehen lassen.



Hasenrücken auslösen und mit einer Butterflocke, Rosmarin- und Thymianzweigen in den Plastikbeutel geben. Luft herausdrücken und verschließen.



Karkassen klein hacken.

Zwiebel schälen und eine Hälfte in kleine, die andere in große Würfel schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen, zerleinerte Karkassen und große Zwiebelstücke hineingeben. Kurz anbraten.

Schale von Orange und Zitrone grob herunterschneiden und mit der Zimtstange zu den Karkassen geben.



Mit einem Spritzer Rotwein ablöschen und mit Kalbsjus auffüllen. Ab und zu umrühren.

In einem weiteren Topf mit Öl die kleinen Zwiebelwürfel anschwitzen.

Apfel grob in Würfel schneiden und mit anschwitzen.

Rotkohl hinzugeben, mit Brühe aufgießen und etwas Zucker dazugeben. Abgedeckt köcheln lassen und gelegentlich umrühren.

Kartoffeln pellen und pressen. Mehl, Ei und Muskat dazugeben, durchkneten und kurz stehen lassen.

Die HITRADIO RTL Mitkoch-Show

Sendung vom 03.12.2017



Hasenrücken mit Orangen-Zitronen-Zimt-Soße, Rotkraut und Kartoffelknödeln

Kleine Knödel abdrehen und in kochendes Salzwasser geben. Einmal aufkochen, dann Knödel ziehen lassen.



Preiselbeeren zum Rotkohl hinzufügen.

Den Hasen im Beutel für fünf Minuten in den Knödeltopf geben.



Soße durch ein Sieb passieren.



Rotkohl abschmecken. Stärke mit Wasser anrühren und Rotkohl damit abbinden. Bei niedriger Temperatur köcheln lassen.



Öl, Orangen- und Zitronenzesten, Thymian- und Rosmarin-zweige kurz in der Pfanne anschwelen.

Den Hasen aus dem Beutel nehmen, salzen, pfeffern und kurz von allen Seiten mit anbraten.



Eigene Notizen
