



# Tatort: Düsseldorf | Mallorca

Startseite	Lesungen	El Gustario de Mallorca No. 3	El Gustario de Mallorca No. 2	El Gustario de Mallorca No. 1	Mörderisches Duett
Anthologien	<b>Kulinarische Erlebnisse</b>	Bildergalerie Düsseldorf	Bildergalerie Mallorca	Event buchen	Kontakt / Vita
Restaurants Düsseldorf	Restaurants Mallorca	<b>Rezepte</b>	Esskultur		
<b>Rezepte Mallorca/Spanien</b>		Rezepte Deutschland	Rezepte aus aller Welt		

## Conill amb bledes

### Geschmortes Kaninchen mit Mangold



100 ml Sherry  
30 g Butter  
Salz, schwarzer Pfeffer, Fett für die Form

#### Zutaten für 4 Personen:

- 1 Kaninchen, ca. 1 bis 1,2 kg
- Mehl zum Bestäuben
- 800 g Mangold
- 2 Tomaten
- 1 Zwiebel
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Orange
- 4 EL Olivenöl
- 3 frische Lorbeerblätter
- 1 Prise Zimt
- 1 Prise Anis
- 200 ml Geflügelfond

#### Und so wird es gemacht:

Kaninchen waschen, trocken tupfen, zerteilen und in eine eingefettete Form legen. Backofen vorheizen (180 Grad, Umluft 150 Grad). Tomaten entkernen und in Scheiben schneiden. Mangold in fingerbreite Schnitze zerteilen. Die Zwiebeln grob und den Knoblauch fein schneiden und hacken. Die Orange ausdrücken. Das Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Kaninchenteile anbraten, dabei immer wieder wenden. Die Lorbeerblätter, Knoblauch, Zimt und Anis mitschmoren. Alles in eine ofenfeste Form geben. In der Pfanne Mangold und die Tomatenscheiben in Orangensaft andünsten, mit Salz und Pfeffer abschmecken und zum Fleisch hinzugeben. Mit Geflügelfond und Sherry ablöschen, von der Pfanne lösen und über das Kaninchen gießen. Butterflocken auf das Fleisch geben, es abdecken und im Ofen etwa eine Stunde schmoren lassen. Wer Innereien mag, diese mit einem Esslöffel Olivenöl erhitzen, auf allen Seiten schnell bräunen, salzen, pfeffern und über das Kaninchen verteilen.

Als Beilagen passen gebackene Kartoffelecken und ein nicht zu trockener Weißwein.

**Brigitte Lamberts**  
[info@brigitte-lamberts.de](mailto:info@brigitte-lamberts.de)

**Brigitte Lamberts - Tatort Mallorca** bei [Facebook](#)

