

Kaninchen mit Thymian

– Pankreasdiät –

1 Kaninchen
1 großer Bund Thymian
3-5 Rosmarinzweige
4 große Kartoffeln
8 große milde rote Peperoni
16 Knoblauchzehen
1 EL eingelegter grüner Pfeffer
Salzpfeffer
1 Flasche Weißwein

Ein Backblech mit den Kräutern dicht auslegen, Pfefferkörner draufgeben; Kaninchen in 8 Stücke teilen, mit Wein und Salzpfeffer einreiben, auf die Kräuter legen, ebenso geschälte und längs geviertelte Kartoffeln sowie die ungeschälten Knoblauchzehen. Etwas Wein angießen und Blech in den auf 190° vorgeheizten Ofen schieben. Immer wieder Wein nachgießen, nach etwa 30 min die Peperoni aufs Blech legen. Nach 70-90 min sollte das Fleisch zart sein. Kräuter entfernen, Sauce aufkochen und eventuell leicht mit Stärke binden.