Lammbraten mit Honig und Mandeln

Fleisch-Gerichte » Lamm

Zutaten (4 Personen)

» 2 Knoblauchzehe(n)
» 5EL flüssiger Honig
» 1kg Lammkeule
» Salz & Pfeffer
» 250ml Instant-Fleisch-Brühe
» 20g Mandelblättchen
» 4EL Crème fraîche

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
über 120min

Zubereitung

1. Ofen auf 200°C vorheizen. Knoblauch abziehen. Honig erhitzen, Knoblauch dazupressen. Das Fleisch abbrausen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit der Hälfte des Knoblauchhonigs rundum bestreichen und die Keule in den Bräter legen.

2. Fleisch ca. 45min im Ofen braten. Dann 2/3 der Brühe angießen und weitere 45min braten. Keule mit etwas vom übrigen Knoblauchhonig bepinseln und mit Mandelblättchen bestreuen. So lange weiterbraten, bis die Mandeln geröstet sind. Aus dem Ofen nehmen.

3. Restlichen Knoblauchhonig in den Bratensatz rühren, kurz aufkochen lassen. Mit der übrigen Brühe ablöschen, würzen, Crème fraîche unterziehen. Braten aufschneiden und mit der Soße servieren.

Dazu schmecken Rosmarinkartoffeln.

Nährwerte: 750kcal/E51g/F56g/KH12g pro Person

angelegt am: 14.09.2002 Rezept-Nr: 145

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke