Lamm mit Gemüse

Fleisch-Gerichte » Lamm

Zutaten (4 Personen)

» 1kg Lammkeule
» Salz & Pfeffer
» 4 Knoblauchzehe(n)
» 4 Zwiebel(n)
» 1Zweig Rosmarin
» 1/2 Bd. Salbeiblatt (-blätter)
» 2EL Öl
» 500ml Weißwein
» 250ml Instant-Fleisch-Brühe
» 1 Bd. Möhre(n)
» 1/2 Bd. Staudensellerie
» 150g Zuckerschoten
» 2EL Butter/Margarine
» 125ml Schlagsahne
» 3-4EL Soßenbinder

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
91-120min

Zubereitung

1. Lammkeule abbrausen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer einreiben. Knoblauch abziehen. Zwiebeln abziehen, vierteln. Rosmarin, Salbei abbrausen, trockenschütteln. Ofen auf 175°C vorheizen. Öl in einem Bräter erhitzen, die Lammkeule ringsherum kräftig anbraten. Knoblauchzehen, Zwiebeln, Kräuter zufügen, andünsten. 250ml Wein angießen. Im Ofen ca. 90min braten. Dabei nach und nach den restlichen Wein und die Brühe angießen.

2. Gemüse waschen, putzen. Möhren schälen, Sellerie klein schneiden. Butter erhitzen und das Gemüse darin dünsten, würzen.

3. Fleisch aus dem Ofen nehmen, warm stellen. Den Fond durch ein Sieb in einen Topf füllen. Die Sahne angießen, aufkochen lassen, mit Soßenbinder leicht andicken und abschmecken. Fleisch aufschneiden. Zusammen mit dem Gemüse und der Soße servieren.

Dazu passen Spätzle.

Nährwerte: 820kcal/E80g/F35g/KH24g pro Portion

angelegt am: 21.04.2003 Rezept-Nr: 279

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