Irish Stew mit Lammfleisch

Ausländische Küche » Irisch&Englische Küche

Zutaten (8 Personen)

» 1,8-2kg Lammkeule
» 40g Frühstücksspeck
» 1kg Kartoffel(n)
» 600g Möhre(n)
» 250g Zwiebel(n)
» 1 Bd. Thymian
» 2EL Öl
» 3/4-1l Instant-Klare-Brühe
» Salz & Pfeffer

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
91-120min

Zubereitung

1. Fleisch vom Knochen lösen und würfeln. Speck in Streifen schneiden. Kartoffeln und Möhren in Scheiben, Zwiebeln in Ringe schneiden. Frischen Thymian abzupfen. Speck im Öl auslassen, herausnehmen. Bratensatz mit etwas Brühe ablöschen.

2. Gemüse und Fleisch in einem Topf einschichten. Jede Schicht mit Salz und Pfeffer würzen, mit Thymian und Speck bestreuen. Rest Brühe und Bratensatz angießen. 1-11/4 Stunde schmoren. Stew abschmecken und servieren.

Nährwerte: 660kcal/E48g/F41g/KH24g pro Portion

angelegt am: 13.10.2002 Rezept-Nr: 190

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