

Empfehlung für Ostern

Im Rohr gebratene Teile von der Lammkeule mit Rosmarinsoße

Rezept für 6 Personen

1,8 kg Fleisch aus der Lammkeule, 100 g Möhren, 100 g Lauch, 100 g Sellerie, 2 mittelgroße Zwiebeln, 3 Knoblauchzehen, 30 g Ingwer, 3 Stängel Rosmarin, 5 Essl. Rapsöl, 0,2 Liter Fleischbrühe, 0,1 Liter Wasser, 0,1 Liter Rotwein, 0,3 Liter Bratensoße (**das Rezept der Bratensoße ist beim Rezept vom Sonntagsbraten beschrieben.**) 30 g Stärkemehl, 10 Pfefferkörner, 10 Wacholderbeeren, Gewürze.



Die Gemüse schälen und in grobe Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen und ebenfalls in grobe Würfel schneiden. Jetzt die Zwiebel und Gemüsewürfel in eine Bratereinne oder in ein tiefes Backblech geben. Die Pfefferkörner, Wacholderbeeren, Ingwerscheiben und die geschälten Knoblauchzehen unter die Gemüsewürfel

mischen. Die Teile aus der Lammkeule mit Salz und Pfeffer würzen und auf die Gemüsewürfel legen. Das Lammfleisch mit dem Rapsöl einpinseln. Die Rosmarinzwige abstreifen und zwischen die Lammteile geben. Das Backrohr auf 180 Grad Umluft vorheizen und das Fleisch darin je nach Größe der Fleischteile 80 – 90 Minuten garen. Das Fleisch ab und zu mit Fleischbrühe angießen. Ist keine Fleischbrühe vorhanden kann man auch Wasser nehmen. Wenn das Fleisch fertig ist vom Backblech nehmen und auf einem extra Blech im Backrohr mit Alufolie bedeckt bei 80 Grad warmhalten.

Rosmarinsoße : Den Bratensatz in einen Topf geben, 0,1 Liter Wasser, den Rotwein und die Bratensoße zugeben. Alles zusammen 10 Minuten köcheln. Die Soße abpassieren und mit in Wasser angerührter Speisenstärke leicht sämig abbinden.



Als Beilagen eignen sich Kartoffelklößchen, Bratkartoffeln, Brezenknödelscheiben, Kartoffelkühle und Speckbohnen.

Es empfiehlt sich das Fleisch beim Metzger oder Schäfer vorzubestellen.

