

Milchlammkeule mit Bärlauch

Kategorien: Fleisch, Lamm, Bärlauch

Zutaten für: 4 Portionen

1		Milchlammkeule à 1,2 kg; Knochen ausgelöst und In kleine Stücke gesägt Salz, Pfeffer Olivenöl; zum Braten
150	Gramm	Lammknochen
8		Baby-Artischocken
100	Gramm	Blanchierter Spinat
150	Gramm	Büffelmozzarella
12	klein.	Neue Kartoffeln Rosmarinnadeln
3		Schalotten
1	Stange	Staudensellerie
3		Knoblauchzehen
3		Tomaten Thymian
1	Essl.	Tomatenmark
1/4	Ltr.	Weißwein Butter; zum Braten Bärlauch nach Belieben; ersatzweise Junger Knoblauch, sehr fein gewürfelt

Anleitung:

Milchlammkeule würzen, in Olivenöl anbraten und die kleingehackten Lammknochen dazugeben. Bei 180 Grad im Backofen unter ständigem Übergießen 30 Minuten braten und 15 Minuten ruhen lassen.

Die Artischocken putzen, in Salzwasser blanchieren, abschrecken. Mit dem Spinat füllen, mit in Würfel geschnittenem Mozzarella belegen und im Ofen überbacken.

Kartoffelschalen mit einer Bürste abreiben, halb gar kochen, in Olivenöl mit Rosmarin goldgelb braten.

Schalotten schälen, Staudensellerie grob schneiden, Knoblauch mit der Schale zerdrücken, Tomaten würfeln, mit Rosmarin und Thymian würzen. Gemüse zu den gerösteten Knochen geben, leicht bräunen, Tomatenmark hinzufügen und mit dem Weißwein ablöschen. Mit Wasser knapp bedeckt auffüllen, 30 Minuten kochen lassen, dann durch ein Sieb gießen.

Lammkeule in Olivenöl und Butter nachbraten, in dünne Scheiben schneiden und mit dem Gemüse anrichten, Fleisch mit feingeschnittenem Bärlauch bestreuen. Die Sauce extra dazu reichen.

TIPP: Sehr wichtig: Fleischstücke, die im Ganzen gebraten werden, sollten immer 15-20 Minuten im Ofen ruhen, bevor man sie aufschneidet.

Quelle:

Magazin STERN
Rezept erfasst mit *RK* 25.02.2013
von Konrad Heizmann

" Ich wünsche Ihnen stets gutes Gelingen "
Freundlichst Ihr Konrad Heizmann
www.Heizmanns-Rezepte.de