

Spaghetti mit Lamm - Gemüse - Sugo

Kategorien: Mehlspeisen, Nudeln, Küche

Zutaten für: 4 Personen

500	Gramm	Spaghetti
1		Lammkeule
1		Zwiebel
8		Knoblauchzehen
1	groß.	Dose geschälte Tomaten
250	Gramm	Champignon
2		Zucchini
1		Aubergine
200	ml	Rotwein
		Olivenöl, getrocknete Chilischoten, Herbes de Provence, Salz, Zucker, Pfeffer

Anleitung:

Lammkeule mit Salz, Pfeffer und Herbes de Provence einreiben. Zwiebel kleinschneiden, Knoblauchzehen schälen, Zucchini würfeln, Champignon würfeln, Tomaten abtropfen lassen und zermusen. Aubergine würfeln, stark salzen, 10 Minuten stehen lassen (so verlieren sie die Bitterstoffe) und abspülen. In einem Bräter auf dem Herd in Olivenöl erhitzen, die Lamm-keule goldbraun anbraten, aus dem Bräter nehmen und im Bratfett alle Gemüse außer den Tomaten anbraten. Mit einem Glas Rotwein ablöschen, fast vollständig einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und getrockneter Chilischote würzen, die zermuschten Tomaten einrühren, die Lammkeule draufsetzen und bei 180 Grad eine Stunde im Ofen auf der untersten Schiene braten.

Spaghetti wie üblich kochen. Lammkeule warmstellen, Spaghetti mit der Gemüsesoße vermischen und mit frisch geriebenem Parmesan servieren. Anschließend die Lammkeule mit etwas Salat als Hauptgang reichen.