Rezept

80 Grad Lammkeule mit Joghurtkruste

Ein Rezept von 80 Grad Lammkeule mit Joghurtkruste, am 12.10.2024

Zutaten

- **1** Lammkeule (mit Knochen, ca. 2,5 kg; beim Metzger vorbestellen)
- **200 g** türkischer oder griechischer Joghurt (10 % Fett)
- **2 EL** Tomatenmark
- **1 TL** getrockneter Majoran
- Pfeffer
- **1-2 EL** dunkler Saucenbinder (nach Belieben)
- Salz
- **5 EL** Olivenöl
- **2** Knoblauchzehen
- **2 EL** Semmelbrösel
- **1 TL** rosenscharfes Paprikapulver
- **1 TL** gemahlener Kreuzkümmel
- **400 ml** Lammfond (aus dem Glas)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 1000 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen samt Fettpfanne auf 220° vorheizen. Die Lammkeule kalt abwaschen und abtrocknen. Haut und Fett entfernen, die Keule rundherum salzen. 3 EL Öl in die Fettpfanne geben, die Lammkeule mit der Knochenseite nach unten einlegen und im Ofen (unteres Drittel, Umluft 200°) ca. 30 Min. braten. Die Ofentemperatur bei geöffneter Backofentür auf 80° (Ober- und Unterhitze) in ca. 5 Min.absenken lassen, die Keule ca. 3 Std. garen, bis eine Kerntemperatur von 60° erreicht ist. Soll die Keule nicht überkrustet werden, 3 Std. 30 Min. bis zur Kerntemperatur von 60° garen.

2. Den Joghurt in eine Schüssel geben. Den Knoblauch schälen und dazupressen. Mit Semmelbröseln, Tomatenmark, übrigem Öl, Paprikapulver, Majoran und Kreuzkümmel verrühren. Den Joghurt mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Die Fettpfanne samt Keule herausnehmen, Ofentemperatur auf 180° (Umluft 160°) erhöhen. Joghurtmischung auf der Lammkeule verteilen und andrücken (am besten mit einem Teigschaber). Den Fond angießen, die Joghurtkruste im Ofen (Mitte) in ca. 30 Min. Farbe annehmen lassen.

4. Die Lammkeule auf eine vorgewärmte Platte legen und abgedeckt ca. 10 Min. ruhen lassen. Die Sauce durch ein feines Sieb in einen Topf gießen, aufkochen und nach Belieben mit Saucenbinder binden. Das Fleisch in Scheiben vom Knochen schneiden und mit der Sauce auf vorgewärmte Teller geben. Dazu passen Petersilien- oder Majorankartoffeln.