Rezept

# Griechisches Stifádo

Ein Rezept von Griechisches Stifádo, am 12.10.2024

## Zutaten

| | |
|---|---|
| **1** | 1/4 kg Lamm- oder Kaninchenfleisch ohne Knochen |
| **600 ml** | trockener Rotwein (ersatzweise Fleischbrühe) |
| **750 g** | Schalotten |
| **4 EL** | Olivenöl |
| | schwarzer Pfeffer |
| | Zucker |
| **3** | Lorbeerblätter |
| **1** | Zimtstange |
| **6** | Fleischtomaten |
| **6** | Knoblauchzehen |
| | Salz |
| | Muskatnuss, Nelkenpulver |
| **2 EL** | Rotweinessig |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 8 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal

## Zubereitung

1. Das Fleisch waschen, abtrocknen und würfeln. Mit Lorbeer und Zimt in eine hohe Schüssel geben und mit dem Wein übergießen. Zugedeckt über Nacht in den Kühlschrank stellen.

2. Tomaten über Kreuz einritzen und für einige Sekunden in kochendes Wasser legen, herausheben und häuten, ohne Stielansätze und Kerne grob würfeln. Schalotten und Knoblauch schälen. Schalotten möglichst ganz lassen, Knoblauch in Stifte schneiden.

3. Den Backofen auf 200° vorheizen. Fleisch aus der Marinade nehmen und gut abtropfen lassen, auf Küchenpapier abtrocknen. Das Öl in einem großen Bräter erhitzen, Fleisch darin rundherum anbraten. Salzen, pfeffern und herausnehmen. Schalotten und Knoblauch im Bratfett leicht anbraten, Tomaten und Fleisch dazugeben. Marinade angießen, aufkochen lassen und mit je 1 Prise Muskat, Nelkenpulver und Zucker würzen.

4. Das Ragout zugedeckt im Backofen (Mitte, Umluft 180°) 1 Std. 30 Min. schmoren. Mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken.