

Rezept

Lammkeule mit Gemüse - Gigot d'agneau aux petits légumes

Ein Rezept von Lammkeule mit Gemüse - Gigot d'agneau aux petits légumes, am 28.09.2023

Zutaten

1 Lammkeule mit Knochen (1,8 kg)	3 EL Olivenöl
Meersalz	Pfeffer
je 5-6 Zweige Rosmarin, Thymian und Bohnenkraut	1 frische Knoblauchknolle
400 g zarte Bundmöhren	400 g Fenchelknollen
400 g Schalotten	1 dicke Stange Lauch
500 g festkochende Kartoffeln	250 g Kirschtomaten
5 Lorbeerblätter	125 ml trockener Weißwein
200 ml Lamm- oder Rinderfond	

Rezeptinfos

Portionsgröße 6 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 735 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Lammkeule kalt waschen und trocken tupfen. In einem weiten Bräter das Olivenöl erhitzen. Die Lammkeule darin rundherum bei mittlerer Hitze in ca. 15 Min. kräftig braun anbraten, mit Meersalz und Pfeffer würzen und dann im offenen Bräter zunächst ca. 45 Min. im Ofen (Mitte) garen.
2. Inzwischen die Kräuter waschen und gut trocken schütteln. Die Knoblauchknolle quer halbieren. Die Möhren schälen. Die Fenchelknollen putzen, waschen und längs halbieren, den Strunk herausschneiden. Den Fenchel in grobe Stücke schneiden. Die Schalotten schälen und je nach Größe ganz lassen oder halbieren. Den Lauch gründlich putzen, waschen und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Die Kartoffeln waschen und dabei kräftig schrubben oder schälen, dann längs halbieren. Die Kirschtomaten waschen.
3. Nach 45 Min. Garzeit die Lammkeule wenden. Den Knoblauch, die Kartoffeln, die Kräuter und die Lorbeerblätter um die Lammkeule herum in den Bratensaft legen und mit Meersalz und Pfeffer würzen. Den Weißwein und den Fond dazugießen. Alles im Backofen (Mitte) weitere 30 Min. braten. Dann Fenchel, Lauch, Möhren und Tomaten dazugeben und weitere 30 Min. garen.
4. Die Lammkeule aus dem Bräter nehmen und in Alufolie gewickelt 10 Min. ruhen lassen. Das Gemüse mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch in Scheiben vom Knochen schneiden und mit dem Gemüse und dem Bratenfond servieren.