

Rezept

Lammragout mit Mandeln

Ein Rezept von Lammragout mit Mandeln, am 02.11.2024

Zutaten

800 g Lamm Schulter ohne Knochen (ersatzweise Keule)	2 Zwiebeln
1 Stück Ingwer (ca. 2 cm lang)	4 Knoblauchzehen
2 EL Butterschmalz	50 g gehäutete Mandelkerne
1 TL Kreuzkümmelpulver	1 TL gemahlener Koriander
1 Prise Zimtpulver	1 Prise gemahlene Gewürznelken
Salz	1 Päckchen Safranfäden
100 g Sahne	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 685 kcal, 55 g F, 41 g EW, 8 g KH

Zubereitung

1. Das Fleisch in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen und fein würfeln. Die Mandeln auf einer Käseibe fein reiben. Das Butterschmalz in einem Schmortopf erhitzen. Die gemahlene Gewürze dazugeben und unter Rühren kurz andünsten. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer dazugeben und ebenfalls andünsten. Die Fleischwürfel untermischen.
2. Den Safran mit 200 ml Wasser verrühren und dazugeben. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und den Deckel auflegen. Das Lammragout bei kleiner Hitze ca. 30 Min. schmoren. Die Mandeln und die Sahne dazugeben und alles zugedeckt ca. 1 Std. schmoren, bis das Fleisch weich ist.
3. Das Lammragout mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf vorgewärmte Teller verteilen.