Rezept

Lammtajine mit Artischocken

Ein Rezept von Lammtajine mit Artischocken, am 12.10.2024

Zutaten

- **1 kg** Lammfleisch (aus der Haxe)
- **1** unbehandelte Zitrone
- **1 Msp.** Atlas-Kümmel
- **6 EL** Olivenöl
- weißer Sarawak-Pfeffer
- 6-8 kleine, violette Artischocken
- **1** Knoblauchzehe
- **8** Safranfäden
- **50 g** milde schwarze Oliven
- Tajine-Form (ersatzweise einen Schmortopf mit Deckel)

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 750 kcal

Zubereitung

1. Das Lammfleisch waschen, abtrocknen und in mundgerechte Stücke schneiden.

2. Die Artischocken abspülen, harte Blätter und Blattspitzen großzügig abschneiden. Stiele kürzen und dünn schälen. Artischocken vierteln, mit einem Löffel das Heu entfernen.

3. Zitrone waschen, abtrocknen, die Schale fein abreiben und 2 EL Saft auspressen. Knoblauch schälen und in eine Schüssel pressen. Mit Lammfleisch, Kümmel, Zitronenschale, Safran und 4 EL Ol vermischen.

4. Ofen auf 180° (Umluft 160°) vorheizen. In der Tajine-Form 2 EL Öl erhitzen. Fleisch darin bei starker Hitze etwa 5 Min. anbraten. Artischocken dazugeben. Mit Zitronensaft und ⅜ l Wasser aufgießen.

5. Das Tajine im heißen Backofen (Mitte) etwa 1 Std. schmoren lassen. Kurz vor dem Ende der Garzeit die Oliven halbieren, entkernen und in den Topf geben. Das Tajine zugedeckt weitere 10 Min. schmoren lassen.

6. Den Pfeffer im Mörser grob zerkleinern und das Tajine vor dem Servieren damit würzen.