

Rezept

# Lammtajine mit Artischocken

Ein Rezept von Lammtajine mit Artischocken, am 24.04.2024

## Zutaten

<b>1 kg</b> Lammfleisch (aus der Haxe)	6-8 kleine, violette Artischocken
<b>1</b> unbehandelte Zitrone	<b>1</b> Knoblauchzehe
<b>1 Msp.</b> Atlas-Kümmel	<b>8</b> Safranfäden
<b>6 EL</b> Olivenöl	<b>50 g</b> milde schwarze Oliven
weißer Sarawak-Pfeffer	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 Öl 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  $\frac{3}{8}$  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.