Rezept

Provenzalische Lammkeule

Ein Rezept von Provenzalische Lammkeule, am 12.06.2025

Zutaten

1	Lammkeule mit Knochen (ca. 2 kg)
3	Stängel Rosmarin
100 g	weiche Butter
	Salz
2	Zwiebeln
1 Stange	Staudensellerie
200 ml	Lammfond
	1-2 EL Crème fraîche (nach Belieben)
1 Bund	Thymian
4	Knoblauchzehen
2 EL	körniger Senf
	Pfeffer
1	Möhre
2	Tomaten
	1/2 l Rotwein

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4-6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 690 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Keule trocken tupfen, Sehnen und große Fettstücke wegschneiden. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Hälfte vom Thymian beiseitelegen, vom Rest die Blättchen abzupfen. Die Rosmarinnadeln abzupfen und mit den Thymianblättchen fein hacken. Knoblauch schälen, 2 Zehen fein hacken. Butter mit gehacktem Knoblauch, Kräutern und Senf gut mit einer Gabel vermengen.

2. Die Keule rundherum mehrmals mit einem spitzen Messer ca. 3 cm tief einstechen. Jeweils eine nussgroße Menge Kräuterbutter hineinstecken. Keule salzen und pfeffern, dann die Hälfte der übrigen Butter auf der Keule verteilen und leicht andrücken. Keule in einen Bräter oder ein tiefes Blech legen. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Möhre schälen, Sellerie und Tomaten waschen und putzen. Alles in Stücke schneiden. Das Gemüse um die Keule herumlegen. Alles im Ofen (Mitte Umluft 180°) 15 Min. braten. Inzwischen den übrigen Knoblauch in Scheiben schneiden.

3. Die Hitze auf 180° (Umluft 160°) reduzieren. Keule wenden und mit übriger Butter belegen oder bestreichen. Übrige Thymianstängel und Knoblauchscheiben zum Gemüse geben. Fond und 1/4 l Wein angießen und alles 1 Std. 30 Min. weitergaren. Dabei immer wieder etwas Wein nachgießen und die Keule mit Bratensaft begießen.

4. Die Keule aus dem Ofen nehmen und zugedeckt 10 Min. ruhen lassen. Inzwischen die Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen und bei starker Hitze in 3-4 Min. um ein Drittel einkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken; wer möchte, rührt noch etwas Crème fraîche unter. Die Keule aufschneiden und mit der Sauce servieren. Dazu passen Brat- oder Ofenkartoffeln und Salat.