

Rezept

## Römertopf® provençal

Ein Rezept von Römertopf® provençal, am 11.06.2026

### Zutaten

<b>800 g</b> Lammfleisch (Keule, Schulter)	Salz
Pfeffer	<b>3 EL</b> Kräuter der Provence
<b>5 EL</b> Olivenöl	1/2 Knolle Knoblauch
je 800 g Tomaten und Zwiebeln	je 600 g Auberginen und Zucchini
<b>2 Zweige</b> Rosmarin	

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 6 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 445 kcal

### Zubereitung

1. Den Römertopf® wässern. Vom Lamm Haut, Fett und Sehnen entfernen, das Fleisch in kleine Würfel schneiden. Mit Salz, Pfeffer, 1 TL Kräutern und 1 EL Öl marinieren.

---

2. Den Knoblauch schälen und hacken. Die Tomaten waschen, die Zwiebeln schälen und beides vierteln. Die Auberginen und Zucchini waschen, putzen und in Würfel schneiden.

---

3. Lagenweise bunt gemischtes Gemüse und Fleisch in die Form schichten, jeweils mit Salz, Pfeffer und Kräutern würzen. Mit dem restlichen Olivenöl beträufeln, die Rosmarinzwige darauf legen. Zgedeckt bei 200° (Umluft 180°) 1 Std. 30 Min. garen.