

Rezept

Römertopf® provençal

Ein Rezept von Römertopf® provençal, am 18.04.2024

Zutaten

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