Rezept

Scharfes Lammragout

Ein Rezept von Scharfes Lammragout, am 06.06.2025

Zutaten

3 EL	Olivenöl
600 g	festkochende Kartoffeln
	Salz
2 TL	gemahlener Kreuzkümmel
	1-2 getrocknete Chilischoten
100 ml	Fleischbrühe
750 g	Lammfleisch (Keule; vom Metzger in 3-4 cm große Würfel schneiden lassen)
2	Zwiebeln
	Pfeffer
1 TL	gemahlener Koriander
1 Dose	stückige Tomaten (400 g)
	je 1 rote und gelbe Paprikaschote

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 400 kcal

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180° vorheizen. Eine ofenfeste Form mit Öl einfetten. Die Lammwürfel hineinlegen.

2. Die Kartoffeln schälen, in große Stücke schneiden und dazugeben. Die Zwiebeln schälen, in grobe Würfel schneiden und untermischen. Alles mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Koriander würzen.

3. Die Chilischoten im Mörser oder mit den Fingern grob zerreiben und über die Kartoffelwürfel streuen. Die Tomatenwürfel darüber verteilen. Die Brühe dazugießen. Alles mit dem restlichen Olivenöl beträufeln.

4. Die Form mit Alufolie verschließen. Das Lammragout im heißen Backofen (Mitte, Umluft 160°) 1 1/2 Std. schmoren lassen.

5. Folie entfernen. Die Paprikaschoten waschen, putzen, in große Stücke schneiden und unter das Ragout mischen. Alles noch 20-30 Min. offen im Ofen weiterschmoren lassen. Heiß servieren.