

Rezept

Spanisches Ofenlamm

Ein Rezept von Spanisches Ofenlamm, am 26.04.2025

Zutaten

6 junge Knoblauchzehen	2 Zweige Rosmarin
6 EL Olivenöl	Pfeffer
4 Lammlachse (à ca. 175 g)	3 Schalotten
1 rote Paprika	1 gelbe Paprika
1 grüne Paprika	3 Orangen
Salz	8 Scheiben Serrano-Schinken
50 g gehäutete Mandeln	ca. 150 ml Orangensaft
150 ml Sherry medium dry	2 TL Speisestärke

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 670 kcal, 36 g F, 127 g EW, 27 g KH

Zubereitung

1. Knoblauch schälen und grob würfeln. Rosmarin waschen, trocken tupfen, Nadeln hacken. Beides mit Öl und Pfeffer verrühren. Lamm trocken tupfen, in die Marinade legen und ca. 1 Std. ziehen lassen.
2. Schalotten schälen und würfeln. Paprika waschen, halbieren, Trennwände und Kerne entfernen und Hälften in Streifen schneiden. Orangen schälen, Filets aus den Häuten schneiden, dabei den Saft auffangen. Ofen mitsamt tiefem Backblech (Mitte) auf 220° vorheizen.
3. Lamm salzen, pfeffern und mit je 2 Scheiben Schinken umwickeln. Im Ofen pro Seite ca. 3 Min. anbraten, herausnehmen.
4. Schalotten, Paprika, Mandeln, Marinade samt Knoblauch, Salz und Pfeffer in der Schüssel mischen. Auf dem Blech bei 200 °C ca. 5 Min. backen. Lamm dazulegen und alles weitere ca. 5 Min. backen.
5. Orangensaft, Sherry und Stärke glatt rühren, abschmecken und dazugießen. Alles ca. 10 Min. garen. Fleisch herausnehmen und in Alufolie wickeln. Orangenfilets zum Gemüse geben, ca. 3 Min. erwärmen.