

Rezept

Wirsingintopf mit Lammfleisch

Ein Rezept von Wirsingintopf mit Lammfleisch, am 01.10.2023

Zutaten

- | | |
|---|---------------------------------------|
| 1 kleiner Wirsing (ca. 700 g) | 2 große Möhren |
| 1/2 kleiner Knollensellerie | 1 Stange Lauch |
| 3 große vorwiegend festkochende Kartoffeln | 750 g Lammkeule (ohne Knochen) |
| 2 große Zwiebeln | 2 1/2 EL Sonnenblumenöl |
| Salz | Pfeffer |
| 1 TL Kümmel | 1 1/2 l Rinderbrühe |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 420 kcal

Zubereitung

- Den Wirsing vierteln, die äußeren dicken Blätter ablösen und den Strunk herausschneiden. Wirsing waschen und die Blätter in große Stücke, den inneren Teil in Achtel- oder Sechzehntelspalten schneiden. Möhren und Sellerie schälen und putzen. Sellerie 1 cm groß würfeln, Möhren in dicke Scheiben schneiden. Den Lauch putzen, waschen, das Weiße in dicke Ringe, das Grüne fein schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und 2 cm groß würfeln.
- Fett und Sehnen vom Lammfleisch wegschneiden, das Fleisch in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und fein würfeln. 2 EL Öl in einem großen ofenfesten Topf oder Bräter erhitzen, das Fleisch darin rundum anbraten, salzen und pfeffern, dann herausnehmen. Übriges Öl dazugeben und Zwiebeln und das Lauchgrün darin hellbraun andünsten. Herausnehmen und mit Fleisch, Kartoffeln, Möhren, Lauch und Sellerie mischen.
- Den Backofen auf 175° vorheizen. Die Hälfte der Wirsingblätter in den Topf schichten. Ein Drittel vom Kümmel darüberstreuen, die Hälfte Fleisch-Gemüse-Mischung darauf verteilen. Alles leicht salzen und pfeffern, darüber wieder Wirsingblätter und Gemüsemischung schichten, ebenfalls mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Mit den Wirsingspalten abschließen und würzen. Brühe darübergießen, Topfdeckel auflegen und den Eintopf im Ofen (unten, Umluft 160°) 1 Std. 30 Min. garen. Evtl. 1- bis 2-mal die obere Wirsingschicht mit etwas Brühe übergießen.