

„Alles aus dem Topf“ – Lammkeule mit mediterranem Schmorgemüse



Zutaten Zubereitung

Für 4 Personen:

- 1 Lammkeule
- 1 TL getrockneter Thymian
- 1 TL getrockneter Rosmarin
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Zweig Rosmarin
- 2 Zweige Thymian
- 75 ml Olivenöl
- 8 Kirschtomaten
- 1 Paprika gelb / rot
- 16 spanische Kartoffeln
- 2 Zucchini
- 500 ml Lammfond
- Salz / schwarzer Pfeffer

Lammfleisch gut waschen, mehrfach in das Fleisch stechen und in die „Löcher“ kleine Knoblauchstücke drücken. Lamm mit Thymian und Rosmarin würzen und mit Olivenöl einpinseln. In einer heißen Pfanne Lamm anbraten und mit Rotwein ablöschen, nach einer Weile den Fond hinzugeben und im Ofen bei 180°C für ca. 80 Minuten schmoren lassen.

Derweil das Gemüse in Stücke schneiden, Knoblauch verteilen, Rosmarin- und Thymianzweige verteilen und mit Salz und Pfeffer bestreuen und mit etwas Olivenöl beträufeln. Das Lamm auf das Gemüsebett setzen und nochmals 30-40 Minuten schmoren.