

Magische Ostern
Sonntag, 20. März 2016



Lamnbraten

Zutaten für 4 Personen

1,5 kg Lamnbraten (Schulter ausgelöst)

Salz

Pfeffer

Knoblauch

Rosmarin

Thymian

Majoran

Zwiebel geschnitten

Paprika

Rindsuppe

4 EL Mehl und Wasser für Teigl

1 kg Erdäpfel

Sauerkraut oder Sauerkrautsalat

Zubereitung

Fleisch auslösen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit gehacktem Knoblauch einreiben. Danach mit Lammgewürz (Rosmarin, Thymian, Majoran) würzen. Das Fleisch wird nun von allen Seiten scharf angebraten. Eine halbe, geschnittene Zwiebel wird dazugegeben und gemeinsam mit dem Fleisch angebraten. Wenn das Fleisch gut angebraten ist, herausnehmen. Zum Fleischsatz wird nun etwas Paprikapulver hinzugefügt und schließlich mit Rindsuppe aufgegossen.

Zum Binden der Soße wird ein so genanntes Teigl (Mehl und Wasser) angerührt und in die Soße eingerührt.

Das Fleisch wird in einen Bräter gelegt und Soße darauf gegossen. So vorhanden werden frischer Rosmarin, Thymian und Majoran dazugeben und der Lamnbraten bei 180 Grad im Rohr etwa 2 Stunden gebacken.

Die Erdäpfel werden geschält und geviertelt und nach etwa einer Stunde zum Lamnbraten gegeben und gemeinsam mit dem Bräter fertig gegart.

Zum Lamnbraten und Erdäpfel wird Sauerkraut oder Sauerkrautsalat serviert.