



## **Unser Rezeptvorschlag:**

### **Geschmorte Lammkeule**

#### **Benötigte Zutaten:**

**Cayennepfeffer**  
**20 gr. Kalte Butter**  
**1 ungeschälte Knoblauchzehe**  
**1 Thymianzweig**  
**1 Lorbeerblatt**  
**½ L Geflügel oder Fleischbrühe**  
**1 El. Tomatenmark**  
**300 ml Rotwein**  
**1 Tl. Puderzucker**  
**2 El. Öl**  
**2 Tomaten**  
**etwas Sellerie**  
**1 Karotte**  
**2 Zwiebeln**  
**gewürzt in Form geschnürt)**  
**Sehnen, Haut und Knochen,**  
**1 Lammkeule (von uns vorbereitet ohne**

**Zutaten für 4 – 6 Personen**

#### **Zubereitung:**

##### **Zubereitung:**

**Zwiebel, Karotte und Sellerie schälen und in 1 cm Würfel schneiden.**

**Tomaten waschen und ohne Stielansatz vierteln.**

**Lammkeule bei mittlerer Hitze in einen Bräter rundherum anbraten und herausnehmen.**

**Puderzucker in den Topf stäuben, mit einem Drittel des Rotweins ablöschen.**

**Tomatenmark hineinrühren und das Ganze sirupartig reduzieren lassen.**

**Mit der Brühe aufgießen, das Gemüse dazugeben, das Fleisch darauf legen und bei milder Hitze 2 bis 2,5 Stunden schmoren lassen.**

**Nach etwa 100 Minuten Lorbeerblatt, Thymianzweig und Knoblauchzehe dazugeben.**

**Nach Ende der Garzeit die Keule aus dem Bräter nehmen und zudecken.**

**Die Sauce durch ein Haarsieb passieren, die Butter einrühren und mit Salz und Cayennepfeffer fein abschmecken.**

**Als Beilage empfehle ich Ihnen Kartoffelpüree oder Rosmarinkartoffeln, Bohnenbündchen oder in Butter geschwenkte Prinzessbohnen.**

**Der Rotwein, der zum Kochen verwendet wurde, sollte auch zum Essen gereicht werden.**

**Viel Spaß beim Nachkochen und einen guten Appetit wünscht Ihnen**



**Emmerich Schneck**