.

Lammbraten mit Weißwein und buntem Ofengemüse

Hof-Meerheck aus Neuwied / Heimbach-Weis empfiehlt...

Zutaten und Zubereitung

Für dem Lammbraten: 1,2 kg Lammbraten aus der Keule 60 g Butaris 0,3 l Weißwein halbtrocken 2 mittelgroße Zwiebeln 100 ml Sahne 1/2 Gemüse- oder Lammfond Salz, groben Pfeffer, Mondamin, Muskat Für das Ofengemüse: 1 Paprika 2-3 gelbe Rüben 1 kleine Zucchini 1 mittelgroße Zwiebel 3-4 Kartoffeln, geputzt und geachtelt 1 Zweig Rosmarin Olivenöl Muskat

Zubereitung Lammbraten: Braten waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten kräftig salzen und pfeffern. Fleisch in erhitzter Butaris von beiden Seiten anbraten. Das Fleisch in eine Auflaufform umschichten, mit etwas Wein übergießen. Die grob geschnittene Zwiebel zufügen und bei 200 Grad (Umluft) garen. Immer mal wieder mit etwas Wein oder Bratenfond begießen. Der Braten braucht maximal 70-80 Minuten bis er gar ist. Das Fleisch aus der Form nehmen, in Scheiben schneiden und zugedeckt in den noch warmen Ofen stellen. Den Bratensud in der Pfanne mit etwas Wein einkochen lassen, dazu einen Becher Sahne und das Ganze mit Mondamin binden. Wenn man das Gefühl hat, dass die Soße nicht ausreichen würde, kann man mit Geflügelfond aus dem Glas das ganze noch strecken. Abschmecken mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat Zubereitung Ofengemüse: Paprika, gelbe Rüben, Zucchini, Zwiebeln und Kartoffeln grob schneiden und mit frischem Rosmarin und Olivenöl in einer flachen Auflaufform bunt mischen. Ca. 30 Min. bei 200 Grad (Umluft) unter Alufolie garen. (Ofengemüse einfach auf einem Extrablech zum Lammbraten in den Ofen schieben.)
