Nah&Frisch



Nah&Frisch Professional

Würzig marinierte Lammkeule

Hauptspeise Fleischgerichte Frühling Glutenfrei Hausmannskost Kartoffel Ostern Österreichisch

Zubereitung

Schwierigkeit: ●●●○○

Die Knoblauchzehen schälen und in Scheiben schneiden. Rosmarin waschen und die Nadeln abstreifen. Die Zitronen heiß waschen und in Scheiben schneiden. Die Lammkeule rundherum mit 3 EL Olivenöl einreiben und mit Knoblauch- und Zitronenscheiben sowie mit der Hälfte der Rosmarinnadeln belegen. In einen Plastikfolie wickeln und ca. 24 Stunden im Kühlschrank marinieren.
Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Lammkeule aus der Folie nehmen und den Belag abkratzen. Die Keule salzen und pfeffern und auf die Fettpfanne legen. Eine Tasse Wasser angießen. Die Keule 30 Minuten braten (Umluft 180 °C), bis die Haut Farbe bekommt.
Die Erdäpfel schälen oder sehr gut waschen und in Stücke schneiden. Die Knoblauchknollen quer halbieren.
Erdäpfel, restliche Rosmarinnadeln und Knoblauch in einer Schüssel mit 1 EL Olivenöl mischen. Die Lammkeule wenden. Erdäpfel und Knoblauch mit in die Fettpfanne geben. Weitere 40 Minuten braten. Dann
die Lammkeule nahe dem Knochen einstechen. Wenn der Bratensaft klar ist, ist sie fertig, falls dieser noch blutig ist weitere 5-10 Minuten braten. Die Lammkeule aus dem Ofen nehmen, 10 Minuten abgedeckt ruhen lassen. Das Fleisch quer zur Faser vom Knochen schneiden und mit den Erdäpfeln und dem Knoblauch servieren. Dazu passen Speckfisolen, glasierte Karotten und junger Spinat.

Zutaten

- 5 Knoblauchzehen
- 1 Bund Rosmarin
- 2 Zitronen, unbehandelt
- 1 Lammkeule, ca. 2 kg
- 4 EL Olivenöl
- 1 kg junge Erdäpfel
- 3 ganze Knoblauchknollen
- Salz
- Pfeffer