Nah&Frisch



Nah&Frisch Professional

Lammkeule

Hauptspeise Fleischgerichte Frühling Low Carb Ostern

Zubereitung

Schwierigkeit: ●●●○○

Lammkeule waschen, trockentupfen an verschiedenen Stellen mit einem scharfen Messer einstechen und mit halbierten Knoblauchzehen spicken.
Die Lammkeule Rundherum salzen und pfeffern mit etwas Olivenöl in eine feuerfeste Form legen.
Die Keule im auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorgeheizten Backofen eine halbe Stunde offen backen.
Jetzt den Weißwein, Rosmarin und den roten Pfeffer dazugeben und 1 1/2 – 2 Stunden abgedeckt bei 150 °C weiterschmoren. Das Fleisch gelegentlich wenden.
Zum Servieren die Keule in Scheiben schneiden und mit dem Saft begießen, als Beilage passt Kartoffelgratin und gemischter Salat.

Zutaten

- 1 1/2 kg Lammkeule ohne Knochen und Fett
- 4 Knoblauchzehen
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- 1/2 Liter Weißwein
- 2 Zweige Rosmarin, frisch
- Roter Pfeffer