

LAMMKARREE MIT THYMIAN, ROSMARIN, ÄPFEL UND ORANGEN

Zutaten für 4 Personen

- 1 kg Lammkarree
- 50 g Butterschmalz
- 2 Knoblauchzehen
- 150 g Sellerie
- 150 g Karotten
- 3 Stück Äpfel und 2 Stück Orangen
- 1 Zwiebel
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Mehl (anstatt Butter & Mehl ginge auch Speisestärke, Creme fraîche)
- 80 g Butter
- 100 ml Rotwein
- 400 ml Lammfond oder Gemüsebrühe
- 2 Rosmarinzweige
- 2 Thymianzweige
- Salz und Pfeffer
- Event. eine Zimtstange und 2-3 Stück Sternanis je nach Geschmack

Zubereitung

- ✓ Das Backrohr auf 140°C vorheizen. Lammkarree waschen, Silberhaut und überschüssiges Fett entfernen. Sellerie, Karotten und Zwiebel schälen und in ca. 1-2 cm große Stücke schneiden. Ungeschälten Knoblauch mit der flachen Seite des großen Küchenmessers zerdrücken. Rosmarin, Thymian, Orangen und Äpfel waschen. Des weiteren Äpfel und Orangen vierteln.
- ✓ Butterschmalz in einem ausreichenden Bräter zerlassen, einen Rosmarin- und Thymianzweig sowie zerdrückte Knoblauchzehen zum Aromatisieren des Schmalzes dazugeben. Lammkarree von allen Seiten scharf anbraten, geschnittenes Gemüse in den heißen Bräter geben. Tomatenmark, 300 ml Lammfond, Rotwein und Rosmarin, Thymian, Äpfel und Orangen dazugeben und alles ca. 40 Minuten im vorgeheizten Backofen bei 140°C garen lassen. 5 Minuten vor Garzeitende einen feuerfesten Teller in den Ofen stellen und vorwärmen.

- ✓ Backofen ausschalten, Lammkarree auf den vorgewärmten Teller legen und ca. 10. Minuten im ausgeschalteten und einen spaltbreit geöffneten Backofen ruhen lassen.

- ✓ Im Anschluss Brat-Sauce durch ein Sieb passieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und auf kleiner Flamme warmhalten. Butter in einem Topf schmelzen, Mehl durch ein feines Sieb darüber sieben und unter Rühren vorsichtig anschwitzen, bis die Mehlbutter hellbraun wird. Mit 3-4 EL der Sauce ablöschen und gut verrühren, sodass sich keine Klümpchen bilden. Mehlschwitze unter die restliche Sauce rühren und kurz aufkochen lassen. Fleisch aufschneiden, mit Beilage nach Belieben und mit der Sauce servieren.

Viel Spaß beim Zubereiten.

Eure Ingrid