



## REZEPT DES MONATS April 2018

### Lammkeule in Rotweinsouße

#### ZUBEREITUNG

1. Lammkeule parieren (von Sehnen und Fett befreien), salzen und pfeffern. Zwiebeln und Knoblauch schälen, Zwiebeln vierteln. Möhren waschen, putzen, halbieren.

2. Öl im Bräter erhitzen, Lammkeule im heißen Öl rundum scharf anbraten, dann das Gemüse zugeben, weiter braten, mit einem Viertel des Rotweins ablöschen, Rosmarin zugeben, circa 2½ Stunden leise köcheln lassen, dabei Rotwein und Fleischfond nach und nach aufgießen.

3. Die Lammkeule herausnehmen, warm stellen, Soße binden, herzhaft abschmecken. Lammkeule in Scheiben schneiden, mit der Soße auf Tellern anrichten und zum Beispiel mit Speckböhnchen und Ofenkartoffeln servieren.

Dazu ein trockener Rotwein.

#### ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 1 Lammkeule
- 2 Möhren
- 3 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 4 Zweige Rosmarin
- ½ l Rotwein
- ¼ l Fleischbrühe
- Soßenbinder
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer



## REZEPT DES MONATS April 2018

### Bayrischer Krustenbraten

#### ZUBEREITUNG

1. Den Ofen auf 175°C Umluft vorheizen. Die Schwarte mit einem scharfen Messer in Rautenform einschneiden. Die Schwarte und das Fleisch mit ganz viel grobem Salz, Kümmel und etwas Pfeffer einreiben.

Das Fleisch mit der Schwarte nach oben in den Bräter geben, mit ca. ½ l kochender Fleischbrühe übergießen und 1 Stunde auf mittlerer Schiene im Ofen garen lassen.

3. Die Zwiebeln achteln, Karotten und Knoblauch in Würfel schneiden und den Lauch in Ringe. Alles zum Braten geben, noch mal mit 1 l kochender Brühe übergießen und weitere 2 Stunden in den Ofen schieben.

Den Braten immer wieder mal mit dem Bratensaft übergießen. Etwa 30 Minuten vor Garzeitende den Ofen auf 220°C Oberhitze stellen und das Bier über den Braten gießen.

4. Den fertigen Braten herausnehmen und tranchieren. Gemüse und Soße in eine Sauciere füllen. Mit Knödeln und Rotkohl oder Krautsalat servieren.

Dazu schmeckt ein kühles Bier!

#### ZUTATEN (FÜR 4 PERSONEN)

- 1,2 kg Schweinebraten mit Schwarte
- viel Kümmel
- viel grobes Salz
- 3 Zwiebeln
- 2 Karotten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stange Lauch
- 1 l Schwarzbier
- 1½ l Fleischbrühe