



Lammragout für 4 Portionen

Zutaten:

600 g Lammfleisch ohne Knochen (Schulter oder Keule)
50 g durchwachsener Speck
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
5 EL Öl
1 EL Mehl
1/8 l Fleischbrühe
1/8 l Rotwein
2 EL Tomatenmark
1 Prise Zimt
Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

1. Lammfleisch in 2-3 cm große Würfel schneiden. Speck in feine Streifen schneiden. 1 Zwiebel und 2 Knoblauchzehen fein hacken. 5 EL Öl in einem Schmortopf erhitzen. Zuerst den Speck, dann Zwiebel und Knoblauch dazugeben und unter Rühren anbraten.
2. Lammfleischwürfel portionsweise zufügen, rundum kräftig anbraten. Salzen und pfeffern, mit 1 EL Mehl bestäuben und etwas Farbe annehmen lassen. Mit 1/8 l Fleischbrühe ablöschen, gut durchrühren, zugedeckt 1 Std. sanft schmoren.
3. Nach etwa 30 Minuten Garzeit 1/8 l Rotwein angießen, mit 1 Prise Zimt würzen. 2 EL Tomatenmark einrühren, fertig schmoren. In den letzten Minuten eventuell den Deckel vom Topf nehmen, damit die Sauce sämig einköcheln kann. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Als Beilage passen Salzkartoffeln.

Gutes Gelingen und guten Appetit wünscht Ihnen
Ihr Klostergut Neresheim, Familie Streif, Tel: 07326/85144