

## Lammkeule im Gemüsebett

2,5 kg Lammkeule kräftig mit

Salz, Pfeffer einreiben und in einem Bräter mit

3 EL Rapsöl von beiden Seiten gut anbraten.

250g Möhren, 250 g Sellerieknolle & 3 Frühlingszwiebeln in 0,5 bis 2 cm große Stücke schneiden.

Die Keule aus dem Bräter nehmen und warm halten. In der Zwischenzeit das Gemüse kurz im Bratfett anbraten.

Anschließend die Keule wieder auf das Gemüsebett legen.

150 ml Rotwein sowie 150 ml Wasser angießen, zugedeckt im vorgeheizten Backofen etwa 1 Stunde bei 190 °C braten. Danach die Keule wenden und weitere 50 Minuten braten. Die Keule und das Gemüse herausnehmen und warm stellen. Den Bratenfond mit etwas Wasser loskochen, durch ein Sieb gießen und mit

100 g Creme fraiche um ein Drittel einkochen lassen. Mit

Salz, Pfeffer abschmecken. Die Keule vom Knochen lösen, in Scheiben schneiden und zusammen mit dem Gemüse auf einer Platte servieren.

Aus dem Buch „Das Kochbuch St. Wendeler Land“