

Vogel's Rezeptbox

Lammbraten mit Rosmarin und Knoblauch



Zubereitung:

Ofen auf 150°C vorheizen.

Das tiefgefrorene Fleisch aus der Verpackung nehmen und in eine schwere Grillpfanne legen. Mit 1 EL Öl bestreichen. Anschließend Rosmarin darüber streuen, salzen und pfeffern. 3 Stunden im Ofen braten. Knoblauchknollen neben das Fleisch legen.

Mit dem restlichen Öl bestreichen und für weitere 20 Min. braten, bis der Knoblauch gar ist. Fleisch und Knoblauch aus der Grillpfanne nehmen, auf eine Servierplatte geben und locker mit Folie abdecken.

Zum Ruhen warm stellen. Mit einem Löffel möglichst viel Bratfett aus der Grillpfanne abschöpfen. Mehl in die Pfanne streuen und in den Bratensaft einrühren. Rotwein nach und nach hinzugießen.

Pfanne auf eine heiße Kochstelle setzen und 1 Minute leicht köcheln lassen. Dabei mit einem Holzlöffel kräftig umrühren. Brühe und Johannisbeergelee langsam hinzugeben.

Unter ständigem Rühren zum Kochen bringen und köcheln, bis das Gelee sich verflüssigt hat und die Sauce von dicklicher Konsistenz ist.

Abschmecken und in eine vorgewärmte Saucière gießen. Bratenscheiben mit heißer Sauce, Knoblauchpüree und Gemüse der Saison servieren.

Tipps & Tricks:

Wenn Sie die oben aufgeführte Bratzeit befolgen, ist das Fleisch fast durchgebraten (medium). Bevorzugen Sie Ihr Fleisch durchgebraten, sollten Sie die anfängliche Bratzeit (3 Stunden) um 30 Min. verlängern und die Pfanne während dieser Zeit zudecken. Überprüfen Sie die innere Fleischtemperatur im Zweifelsfall mit einem Fleischthermometer.

Zutaten 4-6 Personen:

- 1,6–1,8 kg New Zealand Lamb Keule, tiefgefroren oder frisch
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 2 EL frischer Rosmarin, fein gehackt (ersatzweise 2 TL getrockneter Rosmarin)
- 3 Knoblauchknollen, quer halbiert
- 1 EL Mehl
- 100 ml Rotwein
- 300 ml Lammbrühe (aus Brühwürfeln)
- 2 EL Johannisbeergelee
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

