Irischer Lammeintopf

Das Rezept für den irischen Lammeintopf wird mit Guinness Bier zubereitet. Ein schmackhaftes Gericht, das nicht nur zur kalten Jahreszeit schmeckt.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 35 min

Koch/Backzeit: 1,5 h

Gesamtzeit: 2,1 h

Zutaten

700 g	Lammfleisch (z.b. von der Keule, o.Nacken)
3 Stk.	Zwiebel (mittelgroß)
3 Stk.	Möhren
3 EL	Öl
	Salz und Pfeffer
400 ml	Lammfond (o.a. Fleischbrühe)
300 ml	Guinness
40 g	Graupen
250 g	Kartoffeln (festkochend)
2 Stk.	Lorbeerblätter
1 TL	Thymian (getrocknet)

Zubereitung

1. Das **Lammfleisch** mit Wasser abspülen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Die Karotten putzen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und grob zerhacken.

2. Jetzt das Öl in einem großen Topf erhitzen und das Fleisch portionsweise rundum anbraten, danach vom Topf nehmen. Die Zwiebeln und Karotten einige Minuten im Bratenfett andünsten. Das Lammfleisch wieder zugeben, Brühe und Bier angießen, die Graupen einrühren und mit Salz und Pfeffer würzen, Lorbeerblatt und Thymian hinzugeben. Zugedeckt bei schwacher Hitze zirka 45 Minuten köcheln lassen.

3. Die Kartoffeln schälen und klein würfeln, zum Lammeintopf geben und weitere 40 Minuten

fertig garen. Die Lorbeerblätter entfernen, auf Teller servieren und nach Belieben mit gehackter Petersilie garnieren.

Tipp