Lammeintopf mit buntem Gemüse

Der Lammeintopf mit buntem Gemüse ist ein ideales Gericht für die Herbst- und Winterzeit. Das raffinierte Rezept wird dich begeistern.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 25 min

Koch/Backzeit: 1,5 h

Gesamtzeit: 1,9 h



Zutaten

700 g	Lammkeulen
2 Stk.	Zwiebel
4 Stk.	Karotten
1 Stk.	Paprika (rot)
1 Stk.	Hokkaidokürbis
250 ml	Gemüsebrühe
150 ml	Rotwein
125 g	Pflaumen (getrocknet)
3 EL	Olivenöl
1 EL	Tomatenmark
2 Stk.	Knoblauchzehe
1 Handvoll	Petersilie
1 Handvoll	Thymian
1 Handvoll	Rosmarin
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für den Lammeintopf mit buntem Gemüse das Fleisch in kleine mundgerechte Würfel schneiden. Die Zwiebel und Knoblauch schälen und grob zerhacken. Karotten schälen und in Scheiben schneiden, Paprika zerkleinern. Die Kräuter klein zerhacken.

2. Den Backofen auf 180 °C vorheizen.

3. Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und das Lammfleisch rundum zirka 5 Minuten anbraten. Vom Topf nehmen und beiseite stellen.

4. Die Zwiebeln, Knoblauch, Paprika und Karotten andünsten, mit Gemüsebrühe und Wein ablöschen und das Tomatenmark einrühren. Aufkochen, das Fleisch und die Kräuter zugeben.

5. In eine feuerfeste Form mit Deckel füllen und 60 Minuten im Backofen braten. Sollte kein Deckel zur Hand sein, einfach mit Alufolie abdecken.

6. Den Hokkaido Kürbis waschen, halbieren, entkernen und in Würfel schneiden. Die getrockneten Pflaumen halbieren.

7. Beides in die Form geben und den Lammeintopf weitere 20 Minuten garen lassen.

Tipp

Der Lammeintopf schmeckt aufgewärmt am nächsten Tag auch noch wunderbar. Das Rezept gelingt natürlich auch mit Rindfleisch oder Wild.