



Lammkeule mit Frühlingsgemüse

👤 6 Personen 🕒 1 Stunde + 45 Minuten Garzeit

- 1 Lammkeule • 1 Karotte • 1 Lauchgrün • 2 Zwiebeln
- 10 Knoblauchzehen • 5 Salbeiblätter • 10 Pfefferkörner
- 100 ml Rotwein • 100 ml brauner Fond • grobes Salz

Für die Füllung:

- 1 EL Paniermehl • 1 EL gehackter Thymian
- 1 EL gehackte Petersilie • 1 TL Fleur de Sel
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 TL Tomatenmark-Konzentrat

Als Beilage:

- 300 g Rüben • 1 Schalotte • etwas Butter
- 300 g Zuckerschoten • Salz und Pfeffer

- 1 Die Lammkeule entbeinen, dann das Fleisch außen mit dem groben Salz einreiben.
- 2 Alle Zutaten für die Füllung miteinander vermischen, dann die Lammkeule damit füllen und mit Küchengarn zusammenbinden.
- 3 Karotte, Lauch und Zwiebeln schälen und grob hacken. Die Knoblauchzehen schälen, dann die Hälfte davon in das Fleisch der Lammkeule stechen.
- 4 Den Backofen auf 150 °C vorheizen.

5 Das Lamm bei starker Hitze von allen Seiten anbraten. Gemüse und Salbei in eine große, ofenfeste Form oder auf ein Backblech geben und die Lammkeule daraufgeben.

6 Für 45 Minuten in den Backofen geben (Kerntemperatur 55 °C). Danach das Fleisch herausnehmen und im Ofen bei 62-75 °C für 10-15 Minuten warm halten.

7 In der Zwischenzeit die ofenfeste Form mit dem Gemüse mit Rotwein ablöschen und zur Hälfte einkochen lassen. Fond dazugeben, für einige Minuten weiterköcheln lassen, dann die Sauce durch ein Sieb geben, um die Gemüsestücke zu entfernen.

8 Für die Beilage die Rüben waschen und schälen, dann in Würfel oder Scheiben schneiden.

9 Eine Schalotte fein hacken, in Butter anschwitzen und die Rüben dazugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, etwas Wasser hinzufügen und bei schwacher Hitze etwa 10 Minuten köcheln lassen.

10 Die Zuckerschoten für 6-8 Minuten in kochendes Salzwasser geben und vor dem Servieren in etwas Butter schwenken.

11 Die Lammkeule in Scheiben schneiden und mit dem Gemüse und der Sauce servieren.