Tiroler Lammbauernbraten

Tannheimer Tal
www.tannheimertal.com

Tiroler Lammbauernbraten

Zutaten:

1,5 kg Lammschulter (ausgebeint und in 3-4 cm große Stücke geschnitten)
1/4 Liter Weisswein
Olivenöl
3 Stk. große Tomaten
1/2 Sellerieknolle
1 kleine Stange Lauch
1 Kohlrabi
1/2 kg Kartoffel
2 Stk. Große Zwiebel
6 Stk. Knoblauchzehen
Gewürze: Salz-Pfeffer-Basilikum-Thymian-Estragon-Rosmarin
1 Stk. Zucchini
1 Stk. Paprika
1 Stk. Chicorée zum garnieren

Zubereitung:

Das Fleisch auf beiden Seiten in Olivenöl scharf anbraten. Karotten, Sellerie, Kohlrabi (daumendick geschnitten) dazugeben. Zwiebeln und Knoblauch fein hacken und samt den Gewürzen dazugeben.
Mit Weißwein ablöschen. Mit Wasser aufgiessen bis das Fleisch leicht bedeckt ist. Leicht köcheln lassen.
Nach 10 Minuten die grob gewürfelten Kartoffel dazugeben, zirka weitere 25-30 Min. köcheln lassen bis das Fleisch schön zart ist. Kurz vor Ende die gewürfelten Tomaten, Paprika und Zucchini dazugeben.

Tipp: Das Paprika-Zuccinigemüse können Sie auch gerne anstatt in den Lammbauernbraten, in einer Pfanne schön goldbraun anbraten und als Garnitur servieren...

Einen Guten Appetit wünscht die Burgschenke in Grän.

Burgschenke