

Lammkeule

Zutaten für 4 Personen:

1	Lamm - Keule (mit oder ohne Knochen)
	Öl (Olivenöl)
4	Tomate(n)
4	Schalotte(n)
2	Karotte(n)
8 Zehe/n	Knoblauch
2 Zweig/e	Thymian
2 Zweig/e	Rosmarin
1/2 Liter	Wein, rot
1 TL	Tomatenmark
1/2 Tasse/n	Wein, weiß
1 Tasse/n	Fond (Lammfond, Glas)

Rezept:

Die Karotten schälen und in dünne Scheiben schneiden, die Tomaten vierteln oder achteln, die Schalotten schälen und klein hacken, die Knoblauchzehen ungeschält zerdrücken.

Die Lammkeule sorgfältig von allem Fett und allen Häuten säubern. In einem schweren Schmortopf oder Bräter etwas Olivenöl erhitzen und darin die Keule sanft und geduldig von allen Seiten hellbraun anbraten. Das dauert ungefähr 15 bis 20 Minuten. Dabei gründlich salzen und mit grob gemörsertem schwarzen Pfeffer bestreuen.

Die Keule herausnehmen, das Bratöl weggießen, 1 EL frische Butter in den Schmortopf geben und das vorbereitete Gemüse darin andünsten. Umrühren und mit Salz und Pfeffer sehr kräftig abschmecken.

Die Rosmarin- und Thymianzweige auf das Gemüse legen und darauf die Lammkeule betten. Mit ½ Tasse heißem Weißwein angießen und ohne Deckel in den auf 80°C vorgeheizten Ofen schieben. Die 80°C sollten möglichst eingehalten werden (Bratthermometer?).

Die Bratzeit beträgt zwischen 5 und 7 Stunden – dabei kommt es auf eine Stunde nicht an.

Auf dem Herd das Gemüse im Schmortopf erhitzen, mit ½ Liter Rotwein ablöschen und etwas Lammfond zugeben. 10 Minuten köcheln lassen, dann durch ein Sieb in einen anderen Topf abgießen - dabei das Gemüse mit einem Holzlöffel ausdrücken - und anschließend auf dem Herd reduzieren und zur Sauce abschmecken: Vielleicht etwas frischen Thymian zugeben, 1 bis 2 TL Tomatenmark, 1 kleines Gläschen Noilly Prat (hab´ ich nicht gekriegt, dafür Madeira genommen) - wieder einkochen und wieder abschmecken.

Dazu passen glacierte Karotten (pro Person 2 Karotten, Hühnerbrühe, Butter, Zucker):
-Karotten schälen, der Länge nach vierteln und in 3 cm lange Stücke schneiden. In einer großen Pfanne in etwas Hühnerbrühe ohne Deckel weich kochen. 1 großes Stück Butter dazu, salzen nicht vergessen, mit Zucker bestreuen und auf sehr großer Hitze die Brühe verkochen lassen, bis die Karottenstücke von der Butter und dem geschmolzenen Zucker ein glänzendes Aussehen bekommen; sie sind glaciert.