



Scheiben von der Lammkeule mit Wacholdersauce und Maronen

Zutaten für vier Personen

4 Lammkeulenscheiben (à 200 g)
1 EL frisch gehackter Ingwer
2 Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl
400 ml Lamm- oder Kalbsfond
150 g Schälto­maten
2 EL Maronenpüree
4 Rosmarinzweige

400 g kleine festkochende Kartoffeln
8 Salbeiblätter
8 Bauchspeckscheiben
8 Schalotten
12 Maronen (küchenfertig)
2 EL Balsamicosirup
Salz, Pfeffer

Zubereitung (circa 55 Minuten)

Lammkeulenscheiben mit frisch gehacktem Ingwer, fein gewürfeltem Knoblauch und Olivenöl einreiben, marinieren, Rosmarinzweige darauf geben, abgedeckt über Nacht im Kühlschrank einziehen lassen. Danach in heißer Pfanne beidseitig scharf anbraten und herausnehmen. In der gleichen Pfanne Schälto­maten angehen lassen, mit Lamm- oder Kalbsfond auffüllen, aufkochen und köcheln lassen, Maronenpüree zum Binden mit einrühren, angebratene Lammscheiben wieder mit einlegen und im vorgeheizten Backofen bei 170 Grad 40 bis 45 Minuten schmoren lassen.

Kartoffeln säubern, weichkochen (nicht schälen) und ausdämpfen lassen. Speckscheiben auf Arbeitsfläche auflegen, Salbeiblätter darauflegen, Kartoffeln mittig daraufsetzen, einschlagen, in ein Pfännchen setzen, mit Rosmarinzweig bei 120 Grad warm halten – sodass der Speck noch etwas mit gart. Schalotten schälen, halbieren und in heißem Olivenöl anbraten. Maronen zufügen, mit angaren und mit Balsamicosirup ablöschen (glasieren), beides mit halbierten Kartoffeln auf flachem Teller anrichten, Beinscheibe daneben mit anrichten, mit Sauce überziehen, mit Rosmarin garnieren.

Nährwert pro Person

690 kcal – 39 g Fett – 39 g Eiweiß – 52 g Kohlenhydrate – 4 BE

Dieses Gericht ist gluten- und lactosefrei.