

Italienische Rezepte

Ossobuco vom Lamm mit Möhren und Frühlingszwiebeln

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Fleisch, Italien, Lamm, Specials

4	Lammhaxen (insg ca. 1,4 kg) vom Fleischer in ca. 3 cm dicke Scheiben geschnitten Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle Mehl zum Bestäuben	2	frische Lorbeerblätter
		3	bis 4 Knoblauchzehen
20 g	Butter	250 g	kleine Bundmöhren
3 Essl. Olivenöl		400 g	kl. Kartoffeln (fest kochend)
150 ml trockener Weißwein		1 Bund	Frühlingszwiebeln
400 ml Lammfond (aus dem Glas)		1/2 Bund	glatte Petersilie
			fein abgeriebene Schale von
		1	Zitrone (unbehandelt)
		1	bis 2 Esslöffel Zitronensaft

1. Die Lammscheiben kurz abspülen und trocken tupfen. Die Fettränder leicht einschneiden, mit Salz und Pfeffer würzen, mit etwas Mehl bestäuben. Butter und Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Fleisch bei starker Hitze pro Seite 3 Minuten anbraten, in einen flachen Bräter legen. Die Röststoffe in der Pfanne mit Wein ablöschen, dicklich einkochen lassen. Fond dazugeben. 3 Minuten sprudelnd kochend und über das Fleisch gießen. Lorbeer und gepellten Knoblauch dazugeben, zugedeckt bei milder Hitze 1 Stunde, 20 Minuten garen, das Fleisch nach 30 Minuten wenden.

2. Inzwischen die Möhren schälen (das Grün ca. 1 cm stehen lassen) und schräg halbieren. Kartoffeln schälen, längs halbieren. Frühlingszwiebeln putzen und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Petersilie fein hacken und mit der Zitronenschale mischen.

3. nach Ende der Garzeit Möhren und Kartoffeln dazugeben, weitere 25 - 30 Minuten zugedeckt garen. Frühlingszwiebeln und Zitronensaft hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen, nochmals 5 - 7 Minuten garen. Die Lammscheiben mit der Petersilienmischung bestreuen und im Bräter servieren.