

Geschmortes Lamm aus dem Ofen

Zutaten für 4 Personen

- 1 kg Lammfleisch (Schlängel, Schulter oder Hals)
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Zweige Rosmarin
- 1 l Suppe aus Lammknochen (oder Wasser)
- 12 mittelgroße Erdäpfel festkochend
- Öl zum Anbraten
- Salz
- Pfeffer



© E. Frank

Zubereitung

1. Das Fleisch mit Salz, Pfeffer und fein gehacktem Knoblauch einreiben.
2. Das Fleisch in einem ofenfesten Bräter in wenig Öl rundherum anbraten.
3. Ca. 1 l Suppe (oder Wasser) zugeben. Deckel aufsetzen. Bei 250 Grad Ober- und Unterhitze pro Kilogramm Fleisch 1 Stunde braten. Dabei mindestens alle 15 Minuten mit der Suppe übergießen. Bei Bedarf Wasser bzw. Suppe ergänzen.
4. Temperatur auf 200 Grad reduzieren und halbe Stunde braten. Temperatur weiter auf 150 Grad reduzieren und eine weitere halbe Stunde braten.
5. Temperatur weiter auf 100 Grad reduzieren und noch mindestens 1 Stunde weiterbraten, bis das Fleisch weich ist und sich leicht vom Knochen löst.
6. Erdäpfel schälen und halbieren und für die letzte halbe Stunde der Garzeit zugeben.