



Gebratene Schulter

VOM JUNGLAMM MIT ERDÄPFELLAIBCHEN

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

1 Schulter mit Knochen (ca. 1,3 kg)

1 kg Flachzwiebel (Cipolla)

3 Knoblauchzehen

1 Zweiglein Rosmarin (ev. auch Thymian)

Öl

Salz, Pfeffer

ZUTATEN FÜR ERDÄPFELLAIBCHEN:

70 dag Erdäpfel, mehlig

1/8 l Milch, lauwarm

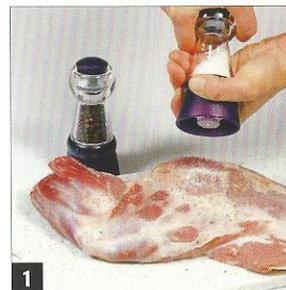
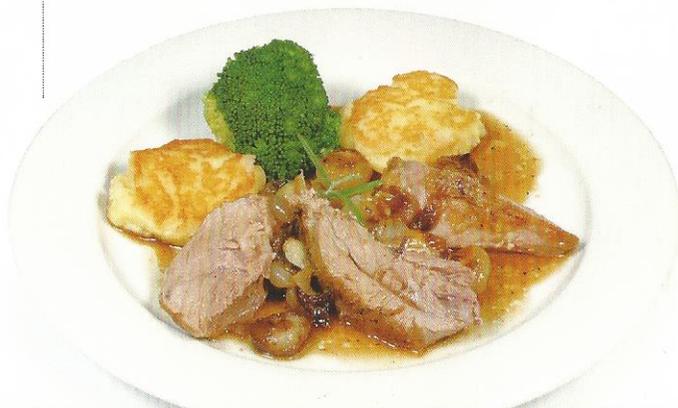
5 dag Butter

1 Prise Salz

Muskatnuss

1 Ei

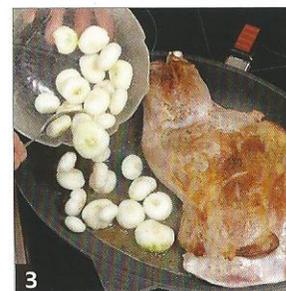
BEILAGENEMPFEHLUNG: GEMÜSE DER SAISON



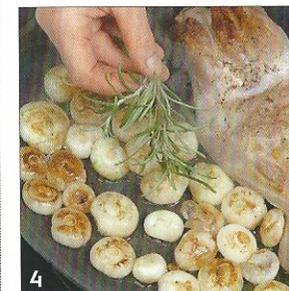
1 Junglammshulter kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.



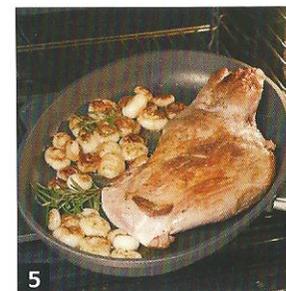
2 In einer Bratpfanne Öl erhitzen und das Fleisch auf beiden Seiten kräftig anbraten.



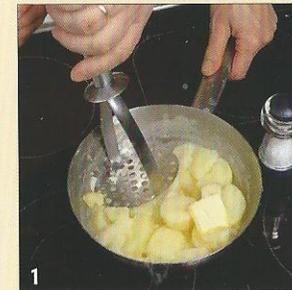
3 Zwiebeln dazugeben und ebenfalls kurz anbraten.



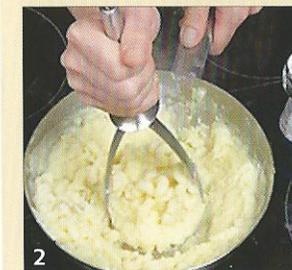
4 Gemeinsam mit den Kräutern und den Knoblauchzehen ins geheizte Rohr schieben und bei 180° C braten.



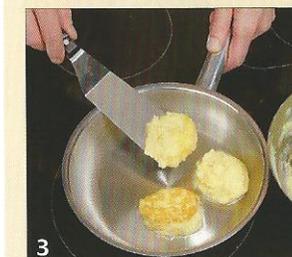
5 Nach zirka einer Stunde die Hitze auf 130° C reduzieren und noch etwa 1 1/2 Stunden braten. Während des Bratens das Fleisch öfters mit eigenem Saft übergießen.



1 Erdäpfel schälen, in Stücke schneiden und in einer Mischung aus Milch und Wasser weich kochen. Restliche Flüssigkeit abseihen und Butter dazugeben.



2 Weich gekochte Erdäpfel zerstampfen und dabei ständig Milch dazugeben, bis das Püree sämig wird. Mit Salz und wenig abgeriebener Muskatnuss würzen. Kurz abkühlen lassen und mit einem Ei verrühren.



3 Jeweils einen Esslöffel von der Masse in die Pfanne geben, flachdrücken und in Öl goldgelb braten.

Szegediner Krautfleisch

VOM JUNGLAMM

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

60 dag Junglammfleisch (Schulter-, Bauchfleisch oder Stelzenfleisch)

20 dag Zwiebel, fein gehackt

1/16 l Öl (oder 10 dag Schmalz)

3/8 l klare Suppe (Lammknochensuppe)

2 EL Paprikapulver (edelsüß)

1/2 kg Sauerkraut

3 EL Paradeismark

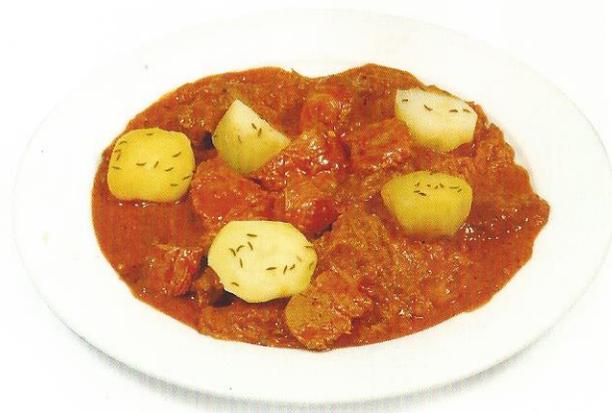
2 Knoblauchzehen

1 TL Kümmel

Pfeffer, Salz

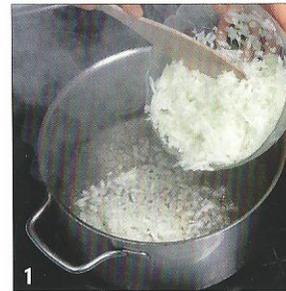
1/8 l Sauerrahm

BEILAGENEMPFEHLUNG: SALZERDÄPFEL ODER NOCKERLN



**PROFI
TIPP**

Wer mageres Fleisch bevorzugt, ist mit Fleischstücken aus der Schulter gut beraten. Wer saftiges Fleisch liebt, trifft mit Stelzenfleisch eine gute Wahl. Und wer es herzhaft deftig liebt, sollte sich für durchzogenes Brustfleisch oder Wammerl entscheiden.



1
Fein geschnittene Zwiebeln in heißem Öl goldgelb rösten.

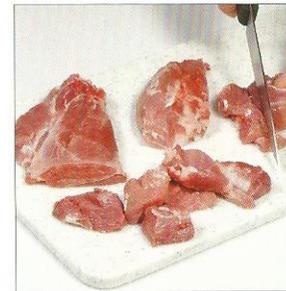


2
Danach das Paradeismark unterrühren und kurz mitrösten.

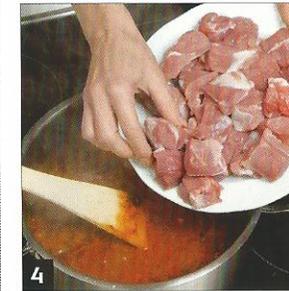


3
Topf von der Herdplatte ziehen und Paprikapulver einrühren.

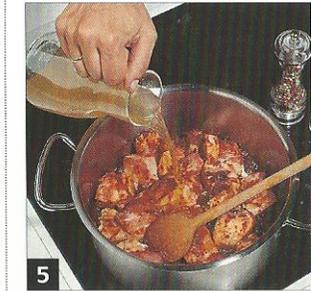
! Das Paprikapulver keinesfalls mitrösten, da es sonst bitter wird.



! Fleisch in möglichst gleich große Stücke schneiden, damit sie gleichzeitig gar werden.



4
Das in mundgerechte Würfel geschnittene Fleisch dazugeben.

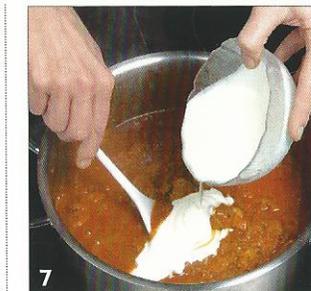


5
Mit Suppe aufgießen, salzen und pfeffern. Eine gute halbe Stunde dünsten lassen.



! Damit der Geschmack des Sauerkrautes milder wird, kann man es zuvor mit kaltem Wasser spülen.

6
Sauerkraut und Kümmel dazugeben und weich dünsten. Bei Bedarf mit etwas Suppe aufgießen.



7
Sauerrahm mit Salz und Pfeffer verrühren und unter das Krautfleisch ziehen. Nicht mehr aufkochen.



Osso Buco

VOM JUNGLAMM

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- | | |
|----------|---|
| 1 1/2 kg | Stelzen mit Knochen
(in 3 cm dicke Scheiben geschnitten) |
| 2 | Zwiebeln, fein geschnitten |
| 25 dag | Wurzelwerk (Karotten, Gelbe Rüben,
Sellerie, Petersilwurzel) |
| 2 EL | Paradeismark |
| 1/8 l | Rotwein |
| 1/4 kg | geschälte, gekochte Paradeiser (püriert) |
| 1/2 l | klare Lamm- oder Rindsuppe
Salz, Thymian, Rosmarin |
| 3 | Lorbeerblätter |
| 3 | Zehen Knoblauch |
| | Mehl, griffig |
| | Öl |

ZUBEREITUNG POLENTATALER:

10 dag Speckwürfel und etwas feingehackte Zwiebeln anrösten. Mit 1/2 l Suppe und 1/4 l Milch aufkochen. 20 dag Polenta (Maisgrieß) nach und nach einrühren. Mit Salz, Pfeffer und Petersilie würzen und auf kleiner Flamme weichkochen bis sich die Masse vom Topf löst. Masse etwas abkühlen lassen und in geölte Alufolie einrollen. Kalt stellen. Scheiben abschneiden und in Öl anbraten.

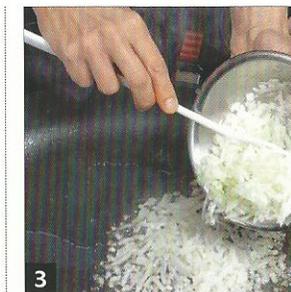
BEILAGENEMPFEHLUNG: POLENTATALER



Die Fleischscheiben salzen, pfeffern und mit Mehl bestäuben. In einer Bratpfanne Öl erhitzen und das Fleisch mit der bemehlten Seite zuerst einlegen.



Fleisch auf beiden Seiten kräftig anbraten und herausnehmen.



Im Bratenrückstand die feingehackten Zwiebeln goldbraun anrösten.



Fein geschnittenes Wurzelwerk begeben und ebenfalls durchrösten.



Paradeismark einrühren und kurz anbräunen. Mit Rotwein ablöschen.



Pürierte Paradeiser zugeben und kurz einkochen. Danach mit Suppe aufgießen.



Die Fleischscheiben und den ausgetretenen Saft in die Sauce geben.



Mit den Gewürzen und Kräutern verfeinern.



Zugedeckt ca. 2 1/2 bis 3 Stunden bei geringer Hitze im zugedeckten Topf schmoren. Wenn das Fleisch gar ist, nochmals abschmecken.



Karreebraten

VOM JUNGLAMM MIT KRÄUTERKRUSTE

ZUTATEN FÜR 4 BIS 5 PORTIONEN:

1	Lammkarree mit Knochen (ca. 1 1/2 kg)
3	Scheiben frisches Toastbrot
1	Zwiebel
1/8 l	Rotwein oder Wasser
1	Zweiglein Thymian
1	Zweiglein Rosmarin
2	Lorbeerblätter
3 EL	Dijon-Senf
	Salz, Pfeffer

BEILAGENEMPFEHLUNG: SALZERDÄPFEL ODER NOCKERLIN



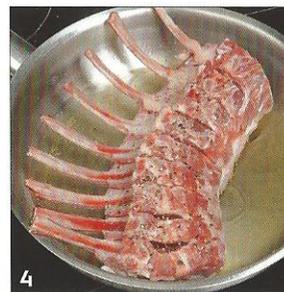
1 Vom Karree die Rückgratknochen abschneiden lassen, so dass nur das Rückenfilet mit den Rippenknochen bleibt. Dadurch lassen sich nach dem Braten schöne Koteletts schneiden.



2 Toastbrot entrinden und mit Thymian zu feinen Bröseln hacken.



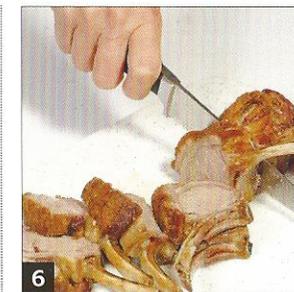
3 Das Fleisch kreuzweise auf der Fettseite mit einem scharfen Messer einschneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.



4 Öl in einer großen Pfanne erhitzen und das Fleisch auf beiden Seiten scharf anbraten.



5 Das Fleisch in eine Bratform legen. Rosmarin und Lorbeer dazugeben und im Rohr bei ca. 130° C ca. 2 bis 2 1/2 Stunden braten.



6 Anschließend in Koteletts aufschneiden und in die ursprüngliche Karreeform bringen.



7 Mit scharfem Dijon-Senf bestreichen und mit reichlich frischen Weißbrotbröseln bestreuen.



8 Bei starker Oberhitze (Grillschlange) auf mittlerer Schiene goldgelb überbacken.

! Das Überbacken dauert nur zirka 30 Sekunden.



9 Mit Gemüse und Natursaft servieren.