

Bioleks Zitronen-Lamm / Lamm-Geschnetzeltes

😊 happy-mahlzeit.com/2021/07/24/bioleks-zitronen-lamm-lamm-geschnetzeltes

Zutaten:

- 500 g Lammschulter ohne Knochen
- 12 kleine Schalotten
- 1 – 2 Knoblauchzehen
- 1 Bund frische Minze
- 1/2 TL ganzer Kreuzkümmel
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 3 EL Pflanzenöl zum Braten
- 5 Lorbeerblätter
- etwas körniges Brühepulver
- 1 – 2 Zitronen
- 1/2 Becher Crème fraîche

Zubereitung:

Von der Lammschulter größere Fettstücke und Häute entfernen. Das Fleisch in 2 cm große Würfel schneiden. Die Minze waschen, trocknen und grob hacken.

In einem Bräter das Öl erhitzen und die Fleischstücke darin unter Wenden scharf anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen. Die gepellten Schalotten unzerteilt zufügen. Ebenso die Minze und den durch eine Knoblauchpresse gepressten Knoblauch. Alles knapp mit Wasser bedecken. Etwas Brühepulver und die Lorbeerblätter zufügen. Den Deckel auflegen und das Fleisch insgesamt 45 Minuten bei schwacher Hitze schmoren lassen.

Nach 30 Minuten die Zitronen filetieren. Dazu mit einem scharfen Messer bis ins Fruchtfleisch schälen, so dass die hellen Häute vollständig entfernt werden. Dann die einzelnen Filets zwischen den Trennwänden mit dem Messer herauslösen und zum Fleisch geben. Den Saft aus den Häuten ebenfalls zum Fleisch ausdrücken.

Das Lammfleisch am besten im Topf servieren und mit einem Klecks glattgerührter Crème fraîche garnieren.

Rezept: Alfred Biolek

Quelle: alfredissimo! vom 25. Juni 1999

Prominenter Gast: Helmut Berger mit Spaghetti Vongole