



Monika's Lamnbrat!

Zutaten:

für 4 Personen

1,5 kg Lammfleisch

Salz

Pfeffer

Knoblauch

Kümmel

Thymian

Butterschmalz oder Öl

Tomatenmark

Zwiebel

Rotwein

Wacholderbeeren

Zubereitung:

Ca. 1,5 kg Lammfleisch mit Salz, Pfeffer, Knoblauch, Kümmel, Thymian würzen.

In heißem Butterschmalz oder Öl anbraten. Einen EL Tomatenmark und kleingeschnittenen Zwiebel (1 große Zwiebel) dazu geben und mit Rotwein ablöschen. Einige Wacholderbeeren dazu geben und mit Suppe ablöschen.

Man kann Kartoffel, Karotten und Sellerie kurz rösten, oder auch später dazu geben.

Zuletzt als Farbe, quergeschnittene Lauchstücke dazu geben, alles nochmals mit Salz abschmecken.

Tipp:

Ich gebe als Würzmittel immer vegetarische Suppenwürze dazu, dann braucht man weniger Salz.