

Rezeptvorschläge



Familie Alles

An der Klostermauer 14

97705 Burkardroth- Frauenroth

Telefon: 09734/ 5346

Telefax: 09734/ 934642

Email: lamm-laedchen@t-online.de

Inhaltsverzeichnis

Saaletal-Hirtenpfanne mit Wirsing	Seite 1
Lammbescherl	Seite 2
Cevapcici	Seite 3
Rhöner Krempelsupp	Seite 4
Stielkotelett in der Schafskäsekruste	Seite 5
Indisches Lammfleischcurry	Seite 6
Lammhaxe in Frankenrotweinsöße	Seite 7
Gefüllte Lamnbrust	Seite 8
Ragout vom Lammherz	Seite 9
Lammzüngle in Frankensilvanerrahm	Seite 10
Lamm in Weißwein	Seite 11
Rhöner Brotsuppe mit Wurzelgemüse	Seite 12

Saaletal-Hirtenpfanne mit Wirsing

Für 4 Personen

Zutaten:

1 Kopf	Wirsing
600 g	gepökeltes und fertig gewürztes Lammhackfleisch
2 Stk.	Zwiebel
250 g	Schmand
2 Stk.	Knoblauchzehen
1 EL	ganzer Kümmel
¼ l	kräftige Lammbrühe
2 EL	Fett
	Salz
	Pfeffer
	Thymian



Zubereitung:

Fett in einem Bräter erhitzen, Lammhackfleisch anbraten, fein geschnittene Zwiebel und Knoblauch hinzufügen. Den Wirsing in grobe Streifen schneiden, in den Bräter geben und mitschwitzen lassen. Dann mit der Brühe auffüllen, den Kümmel und die restlichen Gewürze unterziehen und mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

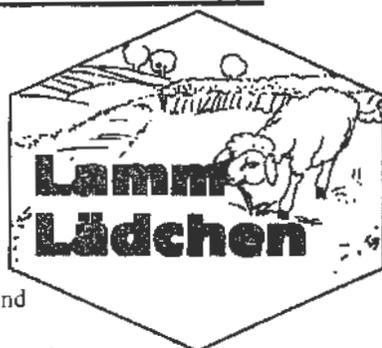
Dazu schmeckt Bratkartoffel, knuspriges Brot oder als Resteverwertung vom Vortag übrig gebliebene gekochte Kartoffeln in Würfel geschnitten und unter das Hackfleisch gehoben. Mit frischen Gartenkräutern und Schmand garnieren.

Lammbeuscherl: Saure Lunge, Herz und evtl. Zunge

Für 4 Personen

Zutaten

200 g Herz
200 g Lunge
200 g Zunge
¼ l Rotwein
½ l Wasser
1/16 l Essig
Suppengemüse
¼ Knolle Sellerie, 1 Karotte, ½ Lauchstange und
1 kleine Petersilienwurzel zusammengebunden
1 kleine Zwiebel mit Lorbeerblatt und Nelken gespickt
3 Wacholderbeeren
3 Knoblauchzehen
Salz



Zubereitung:

alles zusammen weich kochen, Fleisch herausnehmen, zwischen 2 Teller legen und pressen. Danach in feine Streifen schneiden, bei der Lunge die Röhren etwas ausschneiden. Das Wurzelgemüse soweit es noch stabil ist auch in Streifen schneiden. Den Kochfond zur Hälfte reduzieren, passieren und für die Soße bereitstellen.

Für die Soße:

1 kleine Zwiebel
30 g Butter
1 gehäufte EL Mehl
1 Essiggurke
Honig
1 TL grüner Pfeffer
1 TL Kapern
1 Msp. Paprikapulver
0,2 l Sahne
1 Spritzer Balsamico Essig

Die feingehackten Zwiebel in Butter goldgelb anschwitzen, das Mehl zugeben und hellbraun rösten, nach und nach den Sud einrühren, sowie ca. ¼ l Flüssigkeit von den Essiggurken und alles ca. 20 Minuten köcheln lassen, passieren und mit den restlichen Zutaten vermischen und abschmecken. Fleisch-Gemüse- und Gurkenstreifen zugeben, fertig.

Noch haltvoller schmeckt's wenn man etwas braune Lammsauce zugibt.

Rezeptvorschlag von Chefkoch Rainer Ernst vom Restaurant Salinenblick

Cevapcici

Für 4 Personen

Zutaten:

800 g Lammfleisch
Salz
Pfeffer
1 EL Paprika
1 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe
½ Zwiebel



Zubereitung:

Fleisch würfelig schneiden und mit den Gewürzen und Öl vermengen. Im Kühlschrank wenigstens 1 Stunde marinieren, dann 2x durch die feine Scheibe des Fleischwolf's drehen. Die feingehackten Zwiebel und Knoblauch dazu und zu kleinen Würstchen a 40 – 50g formen und saftig braten.

Rhöner Krempelsupp

Für 4 Personen

Zutaten:

2 l Lammbrühe
2 Eier
ca. 200- 250g Mehl
Salz
Muskat



Zubereitung:

Die Eier zerschlagen, mit Salz und Muskat würzen, Mehl nach und nach zugeben und mit Rührgerät oder mit Kochlöffel zu einem festen Teig verarbeiten.

In die kochende Lammbrühe zupfen oder schneiden etc. etwas ziehen lassen, mit Petersilie bestreuen fertig.

Mit etwas Wurzelgemüse (Sellerie, Karotten, Lauch etc.) wird's noch feiner und gehaltvoller.

Stielkotelett in der Schafskäsekruste

Für 4 Personen

Lammkotelett pro Person 200 g vom Metzger mit langem Knochen bereiten lassen, leicht plattieren und mit Meersalz und Mühlenpfeffer würzen. Von beiden Seiten in der Pfanne je 1 Minute braten, dann warm stellen und etwas entspannen lassen.

Für die Schafskäsekruste:

Zutaten:

200g	Schafskäse
1 EL	gehackte Petersilie
1 EL	gehackter Rosmarin
1 TL	gehackter Thymian
2	Knoblauchzehen
100g	Butter
100g	Weißbrotbrösel
2 EL	Olivensöl
Salz und Pfeffer aus der Mühle	



Zubereitung:

Alle Zutaten im Mixer zu einer cremigen Masse verarbeiten, etwas stehen lassen damit sich die Gewürze und Kräuter entfalten können.

Die Masse auf die Koteletts streichen und unter dem Grill überbacken.

Indisches Lammfleischcurry

Für 4 Personen

Zutaten:

- 700- 800g Lammfleisch vom Bauch, Schulter oder Kamm in
Würfel geschnitten
- 2 EL öl
- 1 Zwiebel in feinen würfeln
- 2 EL besten Curry
- 1 Dose Kokosmilch
- 2 EL Honig
- 2 EL Mehl
- Salz
- 1 großer Apfel geraspelt
- 0,2 l Sahne
- 2 EL geschälte Nüsse



Zubereitung:

Fleisch mit Zwiebeln und Curry andünsten, mit Mehl bestäuben und kurz anrösten. Mit Kokosmilch und Sahne auffüllen und langsam weich kochen, mehrmals umrühren. Geraspelten Apfel und Nüsse (Cashew) dazu, mit Honig und Salz abschmecken.

Eine feurig scharfe Note bekommt man wenn man frische Chilischoten feingeschnitten dazu gibt.

Lammhaxe in Frankenrotweinsöße

Für 4 Personen

Zutaten:

- 4 Lammhaxen vom Metzger kurz schneiden lassen
Knochen mitnehmen.
- 200g Röstgemüse (2 Teile Zwiebel, 1 Teil Sellerie,
1 Teil Karotten, 1 Teil Lauch in Würfel u. Blättchen,
3 Knoblauchzehen)
- Lorbeerblatt, Wacholder, Pfefferkörner, Thymian, Rosmarin
- 2 EL Tomatenmark
- 0,5l Frankenrotwein
- 0,5l Lammbühe und Speckschwarten wenn vorhanden
- 0,1l Öl
- Zucker
- Salz und Pfeffer aus der Mühle



Zubereitung:

Haxen würzen und in Öl mit dem Knochen und Schwarten anbraten, anschließend herausnehmen. Röstgemüse zugeben und weiterrösten, Tomatenmark dazu, mit Rotwein und Brühe 3- 4x ablöschen und einreduzieren. Gewürze, Kräuter und Haxen in den Topf und ca. 60 Min. schmoren. Haxen herausnehmen und Soße passieren, evtl. noch reduzieren und mit Salz und Zucker abschmecken.

Gefüllte Lamnbrust



Für 4- 6 Personen

Zutaten:

Für die Füllung:

100 g	Pilze
250 g	Toastbrot
½ Stk.	Zwiebel
200 ml	Milch
1 El	Butter
3 Stk.	Eier
1 El	Petersilienblätter
	Salz
	Pfeffer

Für die Lamnbrust:

1.2 kg	Lamnbrust küchenfertig
	Knochen für Soße
3 Stk.	Zwiebeln
2 Stk.	Karotten
200 g	Knollensellerie
2 Stk.	Knoblauchzehen halbiert
1 El	Tomatenmark
1 Tl	Puderzucker
250 ml	Frankenrotwein
1 El	Öl
500 ml	Brühe
1 Stk.	Lorbeerblatt
1- 2 Tl	Speisestärke
3 Stk.	Petersilienstiele
20 g	kalte Butter

Zubereitung:

Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Butter in einer Pfanne zerlassen und die Zwiebel und die zerkleinerten Pilze andünsten. Die Milch aufkochen. Die Eier in einer Schüssel verquirlen, die heiße Milch langsam zugießen und mit den Eiern verrühren. Die Eiermilch über das gewürfelte Toastbrot gießen und mit den Pilzen, Zwiebeln und der Petersilie vermischen. Die Brotmasse mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Lamnbrust innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen. Lamnbrust nicht ganz mit der Brotmasse füllen und die offene Seiten mit faden zunähen oder als Rollbraten binden. Die Zwiebeln, die Karotten und den Sellerie schälen und in 2 cm große Stücke schneiden. Den Backofen auf 150° vorheizen.

Den Puderzucker in einem großen Bräter karamellisieren lassen. Das Tomatenmark unterrühren und kurz andünsten. Nach und nach mit je 1/3 Frankenrotwein ablöschen und jeweils einköcheln lassen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse darin bei mittlerer Hitze andünsten. Mit der Brühe in den Bräter geben. Die Lamnbrust draufsetzen und im Ofen 2 bis 2 ½ Stunden schmoren lassen. Dabei mehrmals mit dem Schmortud begießen.

Die Lamnbrust aus dem Bräter nehmen und warm stellen. Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen. Das Lorbeerblatt in den Topf geben und die Sauce um ein Drittel einkochen. Die Speisestärke mit ein wenig kaltem Wasser glatt rühren, in die Sauce mischen und 2 Minuten leicht köcheln lassen. Die Blätter von der Petersilie abzupfen und beiseite legen. Petersilienstiele, Knoblauch in die Sauce geben und einige Minuten ziehen lassen. Die Gewürze dann entfernen.

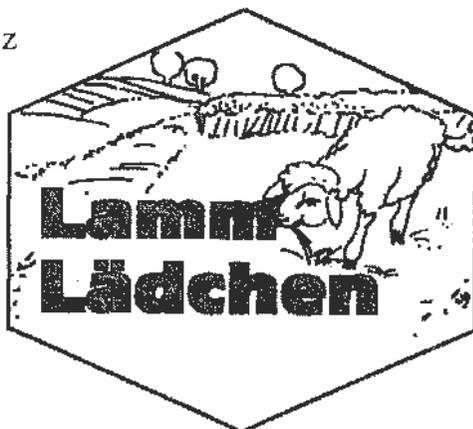
Das Gemüse wieder in den Topf geben und die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. Die Butter in Stücken hinzufügen und die Sauce nochmals erhitzen. Die Petersilienblätter klein schneiden und unterrühren. Die Lamnbrust in Scheiben schneiden und mit dem Schmortud auf gewärmte Teller anrichten.

Ragout vom Lammherz

Für 4 Personen

Zutaten:

700g	Lammherz in Würfel geschnitten
200 g	geräucherten Schweinebauch in Würfel geschnitten
400 g	Schalotten
200 g	frische Champions ganz
2 El	Tomatenmark
½ l	Rotwein
2 Stk.	Knoblauchzehen
	Brühe
2 Stk.	Lorbeerblätter
3 El	Speiseöl
	Salz und Pfeffer



Zubereitung:

Zuerst den geräucherten Schweinebauch anbraten und beiseite stellen. In dem Speckfett die Champions anbraten und beiseite stellen. Dann die Schalottenzwiebeln anbraten und beiseite stellen. Jetzt noch wenn nötig etwas Öl zugeben und die Herzwürfel kräftig anrösten, Tomatenmark und gehackten Knoblauch zugeben nochmals rösten und mit Rotwein ablöschen, Brühe zugeben bis das Ragout bedeckt ist. Etwa 1 ½ Stunden auf ganz kleiner Flamme köcheln lassen bei Hälfte der Zeit Speck und das Lorbeerblatt zugeben, 15 Minuten vor Kochzeitende die Schalotten zugeben und kurz vor Schluss noch die Championköpfe. Jetzt mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen, wenn notwendig etwas mit in Wasser angerührter Speisestärke abbinden. Dazu schmeckt sehr gut hausgemachte Nudeln oder Semmelknödel.

Lammzünge in Frankensilvanerrahm

Für 4 Personen

Zutaten:

800 g Lammzünge
Für den Kochsud:
½ Stk. Zwiebel
1 Stk. Lorbeerblatt
2 Stk. Gewürznelken
¾ l Wasser

Für die Mehlschwitze:

40 g Butter
50 g Mehl
¼ l Silvaner
¼ l Sahne
½ l Zungenbrühe
Salz
Zucker
Pfeffer aus der Mühle
Verschiedene Gemüse und kapern



Zubereitung:

Wasser zum kochen bringen, Lammzünge und die halbe Zwiebel die mit dem Lorbeerblatt und den Nelken gespickt wurde in das kochende Wasser geben. Etwa 1 ½ Stunden auf kleiner Flamme köcheln lassen, wenn die Zungenspitze weich ist, Zünglein im kalten Wasser abschrecken und die weiße Haut schälen. Dann mit Butter und Mehl eine weiße schwitze herstellen, vom Herd nehmen etwas abkühlen lassen, mit dem kalten Frankenwein glatt rühren und dann von der heißen Zungenbrühe zugeben bis es dickflüssig wird. Etwas auskochen lassen, dann die Sahne zugeben, mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken, je nach Geschmack von der Kapernlake zugeben.
Als Gemüse kann TK Ware verwendet werden, mit etwas Kapern in die Soße geben und noch etwas kochen lassen.
Die Zünge längs in Scheiben schneiden, auf Tellern anrichten und von der Kapern- Gemüsesoße darüber geben.
Dazu schmeckt ein körniger reis oder Kartoffelbrei ganz fein.

Lamm in Weißwein

Für 4 Personen

Zutaten:

1 kg	Lammschulter ohne Knochen
3 El	Mehl
2 El	Sojaöl
4 Stk.	Knoblauchzehen
500 ml	trockener Weißwein
1 Stk.	Lorbeerblatt
2 Stk.	Eigelb
1 El	Zitronensaft
2 El	gehackte Petersilie
	Salz
	Schwarzer Pfeffer



Zubereitung:

Das Lammfleisch in mundgerechte Würfel schneiden. Mit Salz und Pfeffer einreiben, dann in dem Mehl wälzen. Das Öl in der Pfanne erhitzen und das Fleisch zusammen mit den Knoblauchzehen darin anbraten. Danach das Fleisch in einen Bräter geben und mit dem Weißwein auffüllen.

Das Lorbeerblatt auf das Fleisch legen, im vorgeheizten Backofen bei mittlerer Hitze etwa 1 ½ Stunden braten. Die Eigelbe mit dem Zitronensaft verquirlen und am Ende der Bratzeit in den Bratensud einrühren.

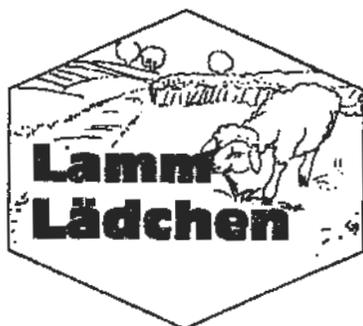
Das Fleisch mit der Petersilie bestreuen und servieren.

Rhöner Brotsuppe mit Wurzelgemüse

Für 4 Personen

Zutaten:

- | | |
|---------|---|
| 1 Liter | Lammbrühe |
| 100gr | Wurzelgemüse (Lauch Sellerie Karotten) |
| 50g | Butter |
| ½ | Zwiebel (kleine Würfel) |
| 4-6 | Scheiben Kräftiges altbackenes Roggenbrot
(in 1 cm Würfel, Brotwürfel hellbraun rösten und zur
Seite stellen) |
| | Salz Pfeffermühle Muskat, |
| 2-3 | Stängel Blattpetersilie in Streifen |



Zubereitung:

Zwiebelwürfel in der Butter anschwitzen, Wurzelstreifen dazu und anschwitzen, mit der Lammbrühe auffüllen und aufkochen, mit den Gewürzen abschmecken, Brotwürfel und Petersilie dazu fertig.

Noch gehaltvoller wird die Suppe wenn in der Brühe ein Stück Lammfleisch mitgegart wurde. Dieses dann in kleine Würfel oder Blättchen schneiden und der Suppe zugeben.