

# Lammkeule

## Gigot d'agneau



### Zutaten für 6-8 Personen:

1 Lammkeule ca. 2,5 kg  
Olivenöl  
8 Knoblauchzehen  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
frischer Rosmarin  
4 Karotten  
2 Scheiben Knollensellerie  
1 1/2 große Gemüsezwiebeln  
2 EL Tomatenmark  
150 ml Weißwein  
100 ml Lammfond  
4 Tomaten (optional)

1. Lammkeule kräftig mit Salz und Pfeffer einreiben und mit Knoblauchscheiben aus vier Zehen, Rosmarinnadeln und reichlich Olivenöl einen Tag marinieren.

2. Lammkeule zwei Stunden vor dem Braten aus der Kühlung nehmen. Von allen Seiten anbraten, in einer sehr großen Pfanne, vorher aber die Knoblauchscheiben und Rosmarinnadeln entfernen. Lammkeule in den Bräter legen.

3. Karotten, Sellerie und Gemüsezwiebeln grob würfeln, Knoblauchzehen abziehen und halbieren. Alles in der Pfanne anbraten, in der auch die Lammkeule angebraten

wurde. Tomatenmark zugeben und mitschwitzen lassen. Mit dem Weißwein ablöschen und mit dem Lammfond aufgießen. Die Keule mit dem angebratenen Gemüse und der Sauce umlegen. Einen Rosmarinzweig zufügen.

4. Lammkeule 90 Minuten bei 180° und weitere 60 Minuten bei 160° schmoren. Wenn das Gemüse zu dunkel wird, Temperatur zurücknehmen.

5. Nach 90 Minuten optional grob geschnittene Tomaten zufügen.

6. Nach der Fertigstellung kann die Keule bei 100° - 120° im Ofen warm gehalten werden.

### Hinweise:

Die Keule sollte kurz und kräftig angebraten werden, ohne dass aber das Olivenöl zu dunkel wird und sich nicht mehr für das Anbraten des Gemüses eignet.

### Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25 min, Gesamtzeit ca. 24 h, Hauptspeisen, Fleisch, Lamm, französisch

Rezept und Foto: Walter  
Stand 12.01.2023