Lammgigot

Rezept von V-ZUG AG



Zubereitung
Garzeit
Portionen 4

Zubereitung

4 Speiserüben, alternativ Pastinaken

4 Karotten

1 Knollensellerie, klein, ca. 500 g

15 Kartoffeln, klein

2 Zwiebeln

3 Knoblauchzehen

Speiserüben, Karotten und Knollensellerie waschen und schälen. Knollensellerie achteln, Karotten in 3 Stücke schneiden und Speiserüben vierteln. Knoblauchzehen schälen und anpressen. Zwiebeln schälen und vierteln. Kartoffeln waschen und mit dem gerüsteten Gemüse mischen.

1 Bouquet garni, Petersilie, Thymian, Lorbeer, Rosmarin

1 Lammgigot, Oberschenkel, hohl ausgelöst oder knochenfrei, in 2 Stücke geteilt

4 Nelken, ganz

Salz

Pfeffer

Die Hälfte des Gemüses in den Schmortopf geben, Bouquet garni in die Mitte legen und Lammgigot darauflegen. Restliches Gemüse um das Lammgigot verteilen und Nelken dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

1 Bouillonwürfel, Hühnerbouillon

1 l Wasser

3 EL Honig

Wasser aufkochen und Bouillonwürfel und Honig zugeben. Bouillon-Honig-Gemisch zum Lammgigot geben. Schmortopf mit so viel Wasser auffüllen, bis alles bedeckt ist (ca. 3–4 l).

Schmortopf auf den Gitterrost auf Auflage 1 in den kalten Garraum stellen. Garen.

Heissluft feucht 160 °C während 3 Std.

Tipps

Das Gemüse kann je nach Saison angepasst werden.

Zubehör

Schmortopf/Bräter oval mit ca. 9 l Fassungsvermögen, z. B. von Le Creuset

Gitterrost

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	14.12.2021