

# Lammkeule

---

 [happy-mahlzeit.com/2019/08/02/lammkeule/](https://happy-mahlzeit.com/2019/08/02/lammkeule/)

## Zutaten:

- 1 Lammkeule, ca. 1,2kg mit Knochen
- 3 Knoblauchzehen
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Möhren
- 1 Stange Lauch/Porree
- 1 kleines Stück Sellerie
- 1 Petersilienwurzel
- je 1/2 Bund Petersilie, frischer Rosmarin, Majoran, Thymian und Salbei, ersatzweise getrocknete Kräuter
- 1 Flasche guter trockener Rotwein, z.B. Barolo
- etwas Lamm-und Kalbs-Fond
- Vermouth
- Cognac
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

## Zubereitung:

Die Lammkeule trockenwischen. Lauch, Möhren, Zwiebeln, Sellerie und Knoblauch putzen und grob zerteilen. Die Petersilienwurzel fein reiben. Die frischen Kräuter waschen und trocknen. Die Kräuter mit dem zerteilten Wurzelgemüse und ca. 1/2 Flasche Rotwein in einem großen Gefrierbeutel mischen und die Lammkeule darin 24 Stunden oder länger im Kühlschrank marinieren. Dabei öfter wenden.

Die Keule aus dem Beutel nehmen, mit Küchentuch trocknen. Die Marinade durch ein Sieb gießen und auffangen. In einem Bräter Olivenöl erhitzen und die Lammkeule scharf rundherum anbraten, salzen, pfeffern und auf den Rost des Backofens legen. Darunter eine Saftpfanne stellen, um den Bratensaft aufzufangen. Bei 80°C gut 3, besser 4 Stunden braten.

Die durchgeseibte Marinade mit etwas Fond in einem Topf stark einkochen lassen.

Die Lammkeule aus dem Ofen nehmen und fest in Alufolie einwickeln. So mindestens 10 Minuten ruhen lassen, damit sich der Fleischsaft verteilen kann.

Den Bratensaft aus der Saftpfanne zu der Sauce geben, mit Salz, Pfeffer, Vermouth und Cognac abschmecken. Das Fleisch in Scheiben schneiden und mit der Sauce servieren.

*Rezept: Hellmuth Karasek*

*Quelle: alfredissimo! 4.8.1995*