7-Stunden-Lamm

Für 4 Personen

1 Lammkeule 1 Knoblauchknolle 8 Schalotten
2 Möhren 2 Rosmarinzweige 1 Glas Weißwein
Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für die Kruste:

1 EL Honig 2 EL Sojasauce

Das Fleisch mindestens 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Die Lammkeule kräftig salzen, pfeffern und rundherum in Olivenöl in einem großen Schmortopf goldbraun braten.

Die geschälten ganzen Schalotten, die ungeschälten Knoblauchzehen und die in Stücke geschnittenen Möhren zugeben und kurz mitbraten. Mit Weißwein ablöschen und Rosmarinzweige dazu geben.

Den Schmortopf zudecken und in den auf 100-120 Grad vorgeheizten Ofen (Ober-Unterhitze) geben. Umluft neigt zum Austrocknen Und jetzt ist erstmal Ruhe. Das Lamm nach 2 Stunden drehen, aber nicht mit einer Gabel ins Fleisch pieksen.

Für das Finish Honig, Sojasauce vermengen und mit Salz, Pfeffer würzen. Nach Ablauf der Garzeit die Lammkeule aus dem Topf nehmen und die Flüssigkeit ggf. mit etwas Fleischfond verlängern und in einen kleinen Topf geben. Einkochen und abschmecken. In dieser Zeit das Lamm ohne Sauce wieder in den Schmortopf setzen und mit der Honig-Soja-Mischung bepinseln. Dann solange unter dem Grill lassen, bis eine goldbraune Kruste entsteht. Je nachdem, wieviel Power der Grill hat, kann das sehr schnell gehen und Zucker neigt zum Verbrennen. Die Keule drehen, die andere Seite auch mit Soja-Honig bepinseln und ebenfalls grillen. Die Kruste ist sensationell lecker Voilà, das wars eigentlich schon Jetzt das 7-Stunden-Lamm zerteilen, mit dem Bratensaft und den geschmorten Schalotten und Knoblauchzehen und viel frischem Baguette servieren. Wer mag, kann noch Rosmarinkartoffeln oder grüne Bohnen dazu reichen. Und natürlich Rotwein.

Susanne Hornikel am 26. November 2021