Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



LAMMBRATEN MIT PIMENT D'ESPELETTE UND SCHWARZEM KNOBLAUCH

ZUBEREITUNG: 30 MIN. · KOCHZEIT: 15 MIN. · BACKZEIT: 5 STUNDEN

Ostern steht vor der Tür und ihr habt bestimmt viel zu tun, zu planen und vorzubereiten.

Deshalb habe ich mir ein Rezept überlegt, das Euch keinen zusätzlichen Stress bereitet: **Ein leckerer Lammbraten mit langer Garzeit**.

Ich habe meinen Braten **5 Stunden im Backofen** gegart. Man muss ihn nur ab und zu mit dem eigenen Bratensaft übergießen, mehr aber auch nicht. Das Fleisch ist so zart, dass man es einfach mit einer Gabel herunterdrücken kann. Lecker!

Das Fleisch kann man einen Tag vorher vorbereiten und am Ostersonntag morgens einfach in den Ofen geben und dann ist es zum Mittagessen fertig.

Ich habe es für Euch zubereitet, und weil wir nicht alles gegessen haben, haben wir es einen Tag später aufgewärmt. Und das war noch besser! Also ja, **man kann den Braten einen Tag vorher zubereiten**.

Am besten in Alufolie oder Backpapier einwickeln, damit er über Nacht nicht austrocknet.

Für den Geschmack habe ich den trendigen „schwarzen Knoblauch" und meinen Lieblings-Piment d'Espelette genommen. Dazu kommen Herbes de Provence und etwas Cidre Confit.

Warum immer Cidre Confit oder Alkohol Confit? Ich liebe es, mit Alkohol Confit zu arbeiten, weil es meinen Rezepten einen kleinen Pep und eine leichte Süße verleiht. Man kann es mit jeder Art von Confit machen: mit Champagner, mit Jurancon (Süßer Weisswein aus Baskenland), Portwein, mit Calvados….

Wenn man es ohne Alkohol machen möchte, kann man einfach ein wenig Aprikosengelee nehmen. Und ja, der Braten sah schwarz aus, wegen des schwarzen Knoblauchs und des Zuckers im Apfelwein. Aber er schmeckte überhaupt nicht verbrannt, nur süß und scharf!

Zutaten für einen Lammbraten mit Piment d'Espelette und schwarzem Knoblauch:

1 Lammkeule mit Knochen (1,2kg für mich), Piment d'Espelette, schwarzer Knoblauch, 2 Lorbeerblätter, Confit de Cidre oder Champagne Confit 2 Nelken, Herbes de Provence, 30 g Butter, 50 g Olivenöl, Salz,

1- Das Fleisch mit einem scharfen Messer einstechen und die Löcher mit schwarzem Knoblauch füllen. Das Fleisch vom Fett befreien und die Lorbeerblätter darunter legen. Die beiden Gewürznelken ebenfalls in die Löcher stecken.

Das Fleisch mit Piment d'Espelette und Salz bestreuen und massieren.

2- In einer Pfanne die Butter und 20 ml Olivenöl erhitzen und darin das Fleisch von jeder Seite scharf anbraten.

3- In einem großen Gusseisen Kochtopf das restliche Olivenöl geben, 1 EL Herbes de Provence, 1/2 TL Piment d'Espelette, 1 Lorbeerblatt. Den Braten in den Gusseisen Topf geben, und das Bratfett darauf gießen.

4- 1 EL Champagner confit geben, und damit den Braten pinseln.

Dann 1 EL Schwarzer Knoblauch mit in den Fond geben, rühren und damit den Braten pinseln.

Den Braten mit Herbes de Provence und Piment d'Espelette bestreuen. 100 ml Wasser in den Kochtopf geben, mit dem Deckel verschließen und in **den Backofen bei 160-170°C geben**.

5- Jede Stunde den Braten herausholen und mit dem Fond pinseln. Und weiter braten.

6- Nach 4 Stunden muss man schauen, ob der Braten viel Wasser abgegeben hat. Wenn es zu viel Wasser gibt, einfach den Braten im Backofen ohne Deckel geben, um das Wasser verdampfen zu lassen.

7- Et voilà! Der Braten ist nach 5 Stunden bereit und das Fleisch zergeht einfach so unter der Gabel!

Ein perfekter Lammbraten!

Es ist die einfachste Variante, einen großen Lammbraten zuzubereiten. Ich werde ihn in Zukunft immer so machen, mit der langen Garzeit. Es ist sehr einfach und man kann zwischendurch mal etwas anders machen (wie aufräumen, wenn die Gäste gleich kommen □□)

Ich bin sicher, es wird euch schmecken □□
Guten Appetit und viel Freude bei den Ostervorbereitungen!

Hat es dir und deinen Gästen geschmeckt? Dann gib die Quelle gern weiter.

Dieses Gericht stammt aus einem Rezept von
Aurélie Bastian
www.franzoesischkochen.de