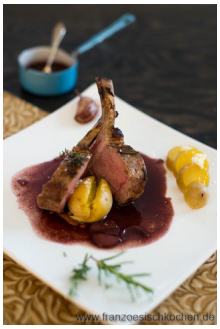
Aurélie Bastian
FRANZÖSISCH KOCHEN

Rezept online aufrufen



CARRÉ D'AGNEAU À L'AIL ET AU ROMARIN (LAMMKARREE MIT KNOBLAUCH UND ROSMARIN) … UND DIE GEWINNER!

ZUBEREITUNG: 25 MIN. · KOCHZEIT: 15 MIN. · BACKZEIT: 22 MIN.

Bonjour! Wir haben wieder Gäste gehabt und ich habe endlich dieses kleine Rezept gamacht. Ein echter Klassiker! Lammkarre mit Knoblauch und Rosmarin.

Ich habe vor ein paar Jahren im Périgord ein vorzügliches „Gigot d'agneau à l'ail et au romarin" (Lammkeule mit Knoblauch und Rosmarin) gegessen, extra für uns von der lieben Odette zubereitet. Sie war die Maman von unserem Freund und hatte mit stolzen 75 Jahre immer noch viel Spaß in der Küche.

Sie ist eine sehr beeindrucke Persönlichkeit. So viel Wissen und Tradition in der Küche liebe ich über alles. Viel verraten wollte sie leider nicht! Aber über die Schultern schauen, durfte ich schon mal.

Also heute habe ich leider keine Lammkeule bekommen, sondern Lammkarree, aber das Rezept habe ich so wie in Frankreich umgesetzt.

Vom Prinzip her, ist es sehr einfach: das Fleisch reichlich mit Knoblauch und Rosmarin einstechen und dazu eine leckere Sauce mit viel Zwiebeln und einem guten Rotwein zubereiten.

Die beste Sachen müssen nicht kompliziert sein, aber mit guten Zutaten und Liebe gezaubert werden!

Unsere Gäste waren begeistert und die Sauce wurde von meinem Mann für anderen Fleischgerichte bestellt □□

Zutaten für 4 Personen: 0,8 kg Fleisch

Viel Knoblauch und Rosmarin!

6 Knoblauchzehe, 1 Bunt Rosmarin und etwas Thymian, Lammkarre mit 8 Knochen, 3 Zwiebeln, 2 kleine Möhren, 250 ml Rotwein, 20 +20 g Butter, 1/2 EL Mehl, Salz und Pfeffer,

Brat und Backzeit : vorgebraten und dann bei 190-200 ° Umluft

0,5 kg : 14 Minuten

0,8 kg : 22 Minuten

1kg : 30 Minuten

1- In dem Lammkarree, mit einem Messer, kleine Schnitte machen ….

und kleine Stückchen Knoblauch und Rosmarin reinstecken.

2- Das Fleisch in eine Pfanne mit 20 g Butter, minimum 3 Minuten scharf anbraten. In der Pfanne tu

ich noch 2 Zweigen Rosmarin und Thymian und ein zerdrücktes Knoblauchzehe.

wenn es angebraten ist, wir das Fleisch mit Salz und Pfeffer bestreut ….

Das Lammkarree auf ein großes Stück Alupapier platzieren ….

…. Kräuter und Knoblauchzehe drauf und das Alupapier zuschliessen. Das Ganze für 20-22 Minuten für rosa, 25-30 für gut in den (**vorgeheizt**) Backofen bei 190-200° (Umluft oder Oben-unten) schieben. Dann 5-8 Minuten Ruhen lassen (Also einfach nur den Backofen ausmachen.)

3- Währenddessen die Sauce zubereiten, und dafür 2 kleine Möhren klein schneiden. Bei mir war es 5 kleine Mini Möhrchen aus unserem Garten!

Alles muss ganz klein und dünn geschitten werden!!!

die Zwiebel ebenfall auch in Scheiben schneiden.

In die gleichen Pfanne wo wir das Fleisch gebraten haben, kommen jetzt 20 g Butter, die Zwiebel, Möhren, ein bisschen Rosmarin, Thymian und 1 Knoblauchzehe.

… dazu noch der Rotwein.

… und jetzt bei mittlerer Hitze 15 Minuten köcheln, bis die Zwiebeln schön gläsrig und die Möhren gekocht sind. Dann 1/2 EL Mehl lösen und dazu geben.

Die Sauce jetzt durch ein Sieb passieren und ihr bekommt so eine schöne cremige Sauce !!!!

4- Jetzt das Lammkarree aus dem Backofen rausnehmen und noch 5 Minuten ziehen lassen. Dann schneiden !

Dazu gab es bei uns kleine Kartoffeln aus unserem Garten. Leider gab es nicht all zu viel davon. Wir haben sie einfach gekocht und mit Butter und „Fleur de sel**“ gegessen .**

Ich wünsche euch Bon Appétit und eine schöne Woche!

Und NEEEEEEIIIIIINNNN habe ich euch nicht vergessen! Ich wollte mich bedanken für das Mitmachen und die so schönen Geschichten, Erinnerungen (und auch euer Verständnis beim Einkaufen: da fühle ich mich weniger allein □□) Auf jedem Fall werde ich es öfters machen! Ganz liebe Grüße an alle meine Leser. Es freut mich immer, von euch zu lesen.

hier sind **die Gewinner**:

Franziska (die gerne in die Ardèche fährt!), **Christine** (die Haribo und Orangina mit Ihrer Schwester liebt!) , **Irmi** (die Cidre und Käse mag) und **Jey** auf Facebook (der sooo viele Sachen mag , das ich sie nicht alle aufzählen will !!!!) □□

Bis Bald et Gros Bisous

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