



Karreebraten vom Junglamm mit Kräuterkruste

Zutaten für 4 bis 5 Personen:

- 1 Lammkarree mit Knochen (ca. 1 ½ kg)
- 3 Scheiben frisches Toastbrot
- 1 Zwiebel
- 1/8 Liter Rotwein oder Wasser
- 1 Zweiglein Thymian
- 1 Zweiglein Rosmarin
- 2 Lorbeerblätter
- 3 EL Dijon-Senf
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

1. Vom Karree die Rückgratknochen abschneiden lassen, sodass nur das Rückenfilet mit den Rippenknochen bleibt. Dadurch lassen sich nach dem Braten schöne Koteletts schneiden.
2. Toastbrot entrinden und mit Thymian zu feinen Bröseln hacken.
3. Das Fleisch kreuzweise auf der Fettseite mit einem scharfen Messer einschneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.
4. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und das Fleisch auf beiden Seiten scharf anbraten.
5. Das Fleisch in eine Bratform legen. Rosmarin und Lorbeer dazugeben und im Rohr bei ca. 130° C ca. 2 bis 2 ½ Stunden braten.
6. Anschließend in Koteletts aufschneiden und in die ursprüngliche Karreeform bringen.
7. Mit scharfem Dijon-Senf bestreichen und mit reichlich frischen Toastbrot-Bröseln bestreuen.
8. Bei starker Oberhitze auf mittlerer Schiene goldgelb (ca. 30 Sekunden) überbacken.
9. Mit Gemüse und Natursaft servieren.

BEILAGENEMPFEHLUNG: SALZKARTOFFELN ODER NOCKERLN



Anderlbauer e.K., Hauptstr. 4, 83112 Frasdorf, www.anderlbauer.de