

LAMMKEULE MIT CIDRE, APFEL, ROSMARIN UND BOHNEN

- PORTIONEN: 2
- ZUBEREITUNGSZEIT: 10 MINUTEN
- KOCHDAUER: UNGEFÄHR 2-2½ STUNDEN

ZUTATEN:

- 2 MAGERE LAMMKEULEN
- 1 STANGE LAUCH, IN BREITE STÜCKE GESCHNITTEN
- 2 STANGEN SELLERIE, IN BREITE STÜCKE GESCHNITTEN
- 2 KNOBLAUCHZEHEN, GESCHÄLT UND ZERSTOSSEN
- 2 ÄPFEL, GESCHÄLT, ENTKERNT UND IN STÜCKE GESCHNITTEN
- 2 ROSMARINZWEIGE, FRISCH
- 600ML/1 PINT CIDRE
- SALZ UND FRISCH GEMAHLENER PFEFFER
- 1 X 400G DOSE CANNELLINI-BOHNEN, ABGETROPFT

ZUBEREITUNG:

1. DEN OFEN VORHEIZEN: GAS STUFE 3, 170°C, 325°F.
2. LAUCH, SELLERIE, KNOBLAUCH, ÄPFEL UND ROSMARIN IN EINE HITZEBESTÄNDIGE KASSEROLLE GEBEN.
3. LAMMKEULEN DRÜBER LEGEN UND DEN CIDRE DARÜBER GIESSEN, WÜRZEN UND MIT EINEM DECKEL ABDECKEN. IM VORGEHEIZTEN OFEN FÜR 2 STUNDEN ODER BIS DAS FLEISCH WEICH IST UND VOM KNOCHEN FÄLLT BRATEN.
4. 30 MINUTEN VOR DEM ENDE DER KOCHZEIT DEN DECKEL ABNEHMEN UND DIE CANNELLINI-BOHNEN HINZUGEBEN. GUT MISCHEN UND OHNE DECKE FÜR DIE VERBLEIBENDE KOCHZEIT WIEDER ZURÜCK IN DEN OFEN GEBEN.
5. SERVIEREN SIE SIE MIT KARTOFFELPÜREE UND GEMÜSE DER SAISON.