

Lammhaxen orientalisch gewürzt

Kategorie: Fleischgericht

Rezept Nr.: 478

Portionen: 4

Zutaten	Mengen	Bemerkungen
Lammhaxe	4 Stück	
Zwiebel	1 Stück	groß
Honig	2 TL	
Cumin	2 TL	
Zimt	1 TL	
Ingwer	1 Stück	4-5 cm
Lammfond	0,4 Liter	
Knoblauch	2 Zehen	
Garam Masala	1 TL	evtl.

Zubereitung

1. Zwiebel schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und kleinhacken. Ingwer schälen und reiben oder sehr fein hacken.

2. Lammhaxen rundum salzen und pfeffern und in Olivenöl von allen Seiten anbraten (ca. 5 Minuten). Dann den Honig und die Gewürze (außer dem Ingwer) darüber geben und nochmals 3-4 Minuten weiter braten. Die Zwiebel, den Ingwer und dann den Knoblauch zugeben und ebenfalls nochmals 3-4 Minuten mitbraten (dabei etwas umrühren, damit nichts anbrennt). Mit dem Lammfond aufgießen und auf kleiner Flamme mindestens 2 Stunden köcheln lassen.

3. Das Fleisch sollte sehr weich sein. Die Sauce abschmecken evtl. etwas nachwürzen und mit einem gedämpften Couscous aus Hartweizengrieß oder Hirse servieren (Reis schmeckt auch dazu). Die Beilage kann man noch verfeinern, indem man klein geschnittenes, kurz angebratenes Gemüse untermischt. Die Sauce lässt sich durch die Zugabe von eingeweichten Rosinen geschmacklich variieren.

Alternativ die klassische Zubereitung: Die Lammhaxen lassen sich traditionell statt mit exotischen Gewürzen auch mit Rosmarin und als Gemüse mit Zwiebeln und Karotten zubereiten. Wer möchte kann der Sauce einen Schuss Rotwein zufügen. Als Beilage Kartoffelstampf mit Olivenöl oder Bratkartoffeln.

Weineempfehlung: Für die exotische Variante ein Rotwein mit viel Power und Aroma mit nicht zu viel Tannin: Ein guter Fitou passt sehr gut. Der Wein für die klassische Zubereitung kann trockener sein: Bordeaux Cru Bourgeois, Pécharmant.



Notizen
