

Lammschulter mit Zitronenkartoffeln

Von Björn Freitag

Lammschulter eignet sich sehr gut zum Schmoren, da das Fleisch viel Fett und Bindegewebe enthält. Die Zubereitung im Bräter ist einfach. Fruchtig-herbe Zitronenkartoffeln sind dazu die perfekte Beilage.



Zutaten (4 Personen):

Für die Lammschulter:

- 1 Lammschulter ca. 1 kg mit Knochen
- 1 Haxe mit Knochen
- ½ Bund Thymian
- ½ Bund Rosmarin
- ½ Bund Majoran
- 2 Zwiebeln
- ½ Knollensellerie
- 2 Möhren
- 2 Knoblauchknollen
- 300 ml Rotwein
- 300 ml Gemüsefond
- 2 Lorbeerblätter
- 1 gehäufter EL Tomatenmark

- ½ Biozitrone
- 1-2 EL Stärke
- 1 EL Zuckerrübensirup
- Salz, Pfeffer
- Öl oder geklärte Butter zum Anbraten (kein kaltgepresstes Öl verwenden, da es hohen Temperaturen nicht standhält.)

Für die Zitronenkartoffeln:

- 800 g Drillinge
- ½ Biozitrone
- ½ Bund Thymian
- ½ Bund Rosmarin
- ½ Bund Majoran
- 200 ml Gemüsefond
- 200 ml Wasser
- Salz, Pfeffer
- Öl oder geklärte Butter zum Anbraten

Zubereitung:

- Den Ofen auf 180 Grad Umlufthitze vorheizen.
- Das Fleisch in einer Pfanne mit etwas Öl scharf von allen Seiten anbraten, bis es gut gebräunt ist.
- Zwiebeln, Knollensellerie und Möhren müssen nicht geschält, nur gewaschen werden. Anschließend grob würfeln. Auch die Knoblauchknolle kann mit Schale grob in Stücke geschnitten werden, da diese wie das Gemüse am Ende abgeschüttet werden.
- Sobald das Fleisch rundum angeröstet ist, aus dem Bräter nehmen und beiseitelegen. Das Fleisch darf zwischendurch etwas ruhen, damit der Bratensaft zirkulieren kann.
- Anschließend das Gemüse in den Bräter geben und goldbraun anbraten. Tomatenmark, Thymian, Rosmarin, Majoran, Lorbeerblätter, Salz und Pfeffer hinzugeben und vermengen. Etwas Zitronenschale dazugeben.
- Das Ganze mit etwas Rotwein ablöschen und einkochen lassen. Diesen Vorgang wiederholen, bis der Wein aufgebraucht ist.
- Das Fleisch nun auf das Gemüse in den Bräter geben.
- Ca. 300 ml des Fonds in den Bräter schütten, sodass das Gemüse bedeckt ist, das Fleisch aber noch frei liegt. Wenn zu viel Brühe im Ofen verdampft, kann man Brühe nachgießen. Aber: Das Fleisch soll nicht in der Flüssigkeit liegen, da es sonst kocht und nicht schmort.

- Den Bräter ohne Deckel in den vorgeheizten Ofen stellen und bei Umluft für zwei Stunden schmoren lassen. Sollte das Fleisch zu dunkel werden, den Deckel aufsetzen. Vorsicht bei der Temperatur, Lamm ist ein zartes Fleisch und sollte nicht zu heiß geschmort werden.
- Die Kartoffeln gut waschen und in Öl anbraten.
- Die zweite Knoblauchknolle mit Schale grob in Scheiben schneiden und mit 3 Streifen Zitronenschale, Salz, Thymian, Rosmarin, Majoran sowie den restlichen 200 ml Fond und 200 ml Wasser zu den Kartoffeln geben. Mit Deckel 20 bis 30 Minuten köcheln lassen.
- Das Fleisch im Ofen regelmäßig überprüfen. Wie ist die Farbe? Ist noch Flüssigkeit im Bräter?
- Nach 2 Stunden das Fleisch aus dem Bräter nehmen. Röstgemüse mit Sud durch ein Sieb geben und die Flüssigkeit auffangen.
- Das Fleisch von den Knochen befreien, indem man diese einfach herauszieht. Fett und Knorpel abschneiden. Anschließend das Fleisch in etwa fingerdicke Scheiben schneiden.
- Stärke mit etwas kaltem Wasser oder Fond anrühren. Die Sauce in einem Topf zum Kochen bringen. Die Stärke löffelweise hineinrühren und köcheln lassen, bis sie eindickt.
- Mit Zuckerrübensirup verfeinern und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Das geschnittene Fleisch in die Sauce legen und dort einige Minuten ziehen lassen, um das Aroma zu intensivieren.
- Fleisch und Kartoffeln mit der Sauce servieren.