

Lamm & Gemüse

Zutaten:

800 g Lammschulter ohne Knochen
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
10 Salbeiblätter
6 EL Olivenöl
Salz
1 Prise Chilipulver
1/4 Ltr. trockener Weißwein
2 Lorbeerblätter
1 Aubergine
2 Zucchini
1 rote und gelbe Paprikaschote
250 g Löwenzahn
200 g Kirschtomaten
2 EL schwarze Oliven
3-4 EL frisch geriebener Pecorino
Basilikumblättchen zum Garnieren



Fleisch von größeren Fettstücken und Sehnen befreien, in gulaschgroße Stücke schneiden, Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Salbei waschen, in Streifen schneiden.

In einem Schmortopf die Hälfte des Öls erhitzen, Fleisch darin in zwei Portionen kräftig anbraten. Wieder in den Topf geben, Zwiebel, Knoblauch und Salbei untermischen, kurz mitbraten. Das Fleisch mit Salz und Chilipulver würzen, mit Wein aufgießen. Lorbeerblätter einlegen. Fleisch zugedeckt bei kleiner Hitze etwa 45 Minuten garen.

Gemüse waschen und putzen. Aubergine und Zucchini Würfeln, Paprika und Löwenzahn in Streifen teilen. Tomaten halbieren, Übriges Öl in einer Pfanne erhitzen, Gemüse (außer den Tomaten) darin portionsweise anbraten. Gemüse salzen, mit Oliven und Tomaten zum Lamm in den Topf geben. Ragout weitere 45 Minuten schmoren, bis das Fleisch weich ist. Ragout abschmecken, nach Belieben mit Pecorino bestreuen und mit Basilikum garnieren.