Osterlamm

Zu Ostern kommt in vielen Familien Osttirols ganz traditionell Lamm auf den Tisch. Gerade in Osttirol gibt es ausgezeichnetes Lammfleisch zu kaufen, ob vom Metzger oder vom Bauern. Hier zeige ich euch nun, wie ich mein Osterlamm zubereite. Je nach Geschmack kann man alle Zutaten ein wenig variieren. Das ist das Schöne am Kochen – ich kann dem Gericht meine persönliche Note geben – und wer meine Rezepte kennt, weiß auch, dass sie sich von den herkömmlichen Rezepten immer ein wenig unterscheiden.

Vorbereitungen am Vortag:

Zubereitung einer dunklen Lammsauce:

Ich bereite immer am Tag zuvor mit den Abschnitten der Lammkeule, mit viel Wurzelgemüse und Rotwein eine leckere Sauce zu. Ich mache das deshalb, weil alle meine Gäste so gerne viel Sauce essen. Diesen Teil kann man auch weglassen und die Sauce direkt mit dem Fleisch zubereiten.

Zutaten Lammsauce:

- Abschnitte der Lammkeule und Knochen
- Wurzelgemüse (Karotten, Sellerie, Petersilienwurzel, Lauch)
- 4 Zehen Knoblauch
- 2 Zwiebel
- 3 Tomaten
- 1 EsslöffelTomatenmark
- Salz, Pfeffer
- ca. 3/4 Liter Rotwein
- Wasser
- Rosmarin, Thymian

Die Knochen und Abschnitte vom Lamm werden gut angeröstet, bis sich eine braune Kruste am Boden bildet. Gemüse und Tomatenmark dazugeben und alles weiterrösten – mit Rotwein ablöschen und ein wenig Wasser dazugeben. Alle Kräuter und Gewürze dazugeben und ca. 7 bis 8 Stunden köcheln lassen. Anschließend abgießen, abschmecken und über Nacht stehen lassen. Am nächsten Tag das Fett abschöpfen.

- Vorbereitungszeit: 30 Minuten
- Garzeit: 240 Minuten

- Gesamtzeit: 960 Minuten
- Portionen/Menge: 6 Portionen

Marinieren vom Lamm:

Frische Kräuter (Thymian und Rosmarin) fein hacken, klein geschnittenen Knoblauch dazu geben und mit Olivenöl anrühren. Das Lamm wird nun mit dieser Marinade eingerieben und über Nacht stehen gelassen. Salz und Pfeffer folgen erst kurz vor dem Anbraten, da das Salz dem Fleisch Wasser entzieht und es dadurch trocken wird.

Zubereitung Osterlamm:

Zubereitung Lammkeule und Lammstelzen:

- 1 Lammkeule (ca. 1,5 kg)
- 6 Lammstelzen
- 3 Tomaten, 1 Karotten
- ca. 10 Schalotten
- frischer Thymian und Rosmarin
- Salz, Pfeffer

Das Fleisch wird nun gut gesalzen, gepfeffert und bei nicht zu hoher Temperatur in der Pfanne angebraten. Anschließend das Fleisch aus der Pfanne nehmen – Gemüse anrösten, und mit der Lammsauce angießen. Fleisch hineinlegen, Kräuter dazugeben und bei ca. 100 – 120 Grad 4 bis 5 Stunden im Rohr schmoren. Ich koche gerne mit Niedrigtemperatur, weil dadurch das Fleisch viel zarter und schonender gegart wird. (Achtung: jedes Backrohr verhält sich anders – eventuell ist die Bratzeit bzw. die Temperatur anzupassen – weiters richtet sich die Garzeit auch nach der Größe des Fleischstückes) Die Lammstelzen werden gleich zubereitet. Das Fleisch alle 30 Minuten mit dem Bratensaft übergießen.
Wenn man es eiliger hat, kann man das Osterlamm auch bei höherer Hitze ca. 180 Grad zubereiten. Garzeit hier: ungefähr 2 Stunden.

In der Zwischenzeit die Beilagen zubereiten und anrichten!
Mahlzeit und Frohe Ostern

Tipp:
Wer keine Sauce am Vortag zubereiten möchte, gibt einfach Wurzelgemüse in

die Pfanne und röstet dieses gut an. Tomatenmark dazugeben und mit Wein ablöschen. 1 Glas Lammfond (bekommt man in jeder guten Metzgerei bzw. im Supermarkt) dazugeben und schmoren lassen. Am Ende der Garzeit die Sauce durch ein Sieb geben und abschmecken.