

Mittelmeerküche 2004

3 Lammcarre' mit Thymiansauce

3 Lammcarre's a' 350 g
Salz
Pfeffer
3 EL Öl
100 g Möhren (fein gewürfelt)
80 g Sellerie (fein gewürfelt)
100 g Zwiebeln (fein gewürfelt)
2 Knoblauchzehen (gewürfelt)
150 ml Rotwein
3 Zweige Rosmarin
1 Bund Thymian
500 g Tomaten
600 ml Lammfond
1 1/2 TL Speisestärke
80 ml Balsamico

-
1. Die Lammcarre's mit Salz und Pfeffer einreiben. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Carre's von beiden Seiten kräftig anbraten. Das Fleisch herausnehmen. Die Gemüsewürfel und den Knoblauch im Bratfett etwa 2-3 Minuten anbraten, mit dem Rotwein ablöschen und 2 Minuten einkochen lassen.
gießen und aufkochen.. Die Tomatenwürfel darin erwärmen. Zum Schluß die restlichen Thymianblättchen von den Stielen zupfen und in die Sauce geben. Die Lammcarre's aufschneiden, den Fleischsaft aus der Folie mit in die Lammsauce geben und servieren.
 2. Die Lammcarre's mit der Knochenseite nach unten auf das Gemüse legen. Die Rosmarinzweige und die Hälfte vom Thymian auf das Fleisch legen und im vorgeheizten Backofen auf der 2. Einschubleiste von unten bei 180 Grad 15-20 Minuten braten. In der Zwischenzeit die Tomaten überbrühen, häuten, vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden.
 3. Die Lammcarre's aus dem Backofen nehmen, in Alufolie wickeln und 10 Minuten ruhen lassen. Die Gemüsewürfel in der Pfanne mit dem Lammfond aufgießen und 10 – 15 Minuten ohne Deckel einkochen lassen. Die Speisestärke mit 4 EL Wasser verrühren, dazugießen, 1-2 Minuten kochen lassen.
 4. Inzwischen in einem anderen Topf den Balsamessig 2 Minuten einkochen. Die Lammsauce durch ein Sieb dazu