

## Landhotel Grünberg am Traunsee

Traunsteinstraße 109  
4810 Gmunden  
[www.gruenberg.at](http://www.gruenberg.at)  
[gruenberg@vpn.at](mailto:gruenberg@vpn.at)  
Tel. 07612 77700



### Junglamm in Rotweinsauce

für 4 Portionen

600 g Lammfleisch (z. B.: Schulter)  
500 g Gemüsewürfel ( Karotten, Petersilienwurzeln, gelbe Rüben), in Würfel schneiden und in  
Salzwasser vorkochen, kalt stellen  
3 EL Olivenöl  
1 kleine Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
60 g Mehl,  
¾ bis 1 l Suppe oder Lammfond  
1/8 l Rotwein  
3 El Creme fraiche oder 1/16 l Obers  
Salz, Pfeffer  
frischer Thymian und Rosmarin

Lammfleisch in Würfel schneiden,  
Zwiebel und Knoblauch klein schneiden, Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und  
Knoblauch darin anschwitzen, Fleisch dazu geben, auf allen Seiten anbraten, mit Mehl  
stauben, mit Rotwein, Suppe und Obers aufgießen. Würzen und je nach Fleischgröße ca. 1  
Stunde köcheln lassen, wenn das Fleisch weich ist, ausstechen, die Sauce mixen und noch ein  
wenig einkochen lassen, Fleisch und gekochtes Gemüse dazu und anrichten.

#### Tipp:

es kann auch anderes Gemüse verwendet werden wie Karfiol, Broccoli, Kohlrabi, Fisolen,  
Erbsen, Fenchel, Zucchini, Lauch, Kartoffeln, Kürbis, Kohl, Paprikaschote usw. oder anstelle  
Gemüse Pilze oder Oliven als Einlage.

Gemüse ungekocht kurz vor Ende der Garzeit zugeben und im Ragout weich dünsten (dann  
aber nicht mixen)

Anstelle von Rotwein- Weißwein, Bier oder Most nehmen

Andere Lammgewürze: Majoran, Lorbeerblatt, Oregano, Salbei, Minze, Ingwer, Bohnenkraut,  
Senfkörner, Zitronenschale, Weinbrand,