

Supereinfacher Lamnbraten



Portionen: 4
Vorbereitungszeit: 5 Min.
Garzeit: 1 Std. 15 Min.
Gesamtzeit: 1 Std. 20 Min.

Zutaten

- * ½ New Zealand Lamb Schulter, aufgetaut (siehe Tipps und Tricks)
- * 2 EL Olivenöl
- * 1 EL Knoblauchpaste
- * 2 TL Anchovis-Paste (siehe Tipps und Tricks)
- * 900 g neue Kartoffeln, die großen halbiert
- * 8 kleine reife Tomaten
- * 1 EL Aceto Balsamico
- * 1 Handvoll frischer Basilikum
- * Knuspriges Brot zum Servieren

Zubereitung

Den Ofen auf 190 °C (Gas Stufe 5) vorheizen. Die Lammschulter wiegen und pro 450 g etwa 25 Minuten Garzeit rechnen, plus noch einmal 25 Minuten für den ganzen Braten. Den Braten in einen großen Bräter setzen und salzen.

Kartoffeln und Tomaten um den Braten herum verteilen, mit Balsamico-Essig und Olivenöl beträufeln und mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen. Den Braten für die errechnete Garzeit in den Ofen schieben und zwischendurch immer wieder mit dem austretenden Bratensaft begießen. Knoblauchpaste und Anchovis-Paste verrühren. Nach der Hälfte der Garzeit die Paste auf den Braten streichen und diesen mit schwarzem Pfeffer würzen. Das ergibt eine tolle Kruste.

Wenn das Fleisch gar ist, den Braten aus dem Ofen nehmen und vor dem Servieren 10 Minuten ruhen lassen. Die Kartoffeln sollten goldbraun und gar sein und die Tomaten weich und leicht gebräunt. Je nach Geschmack mit Basilikumblättern bestreuen und mit knusprigem Brot servieren.

Tipps & Tricks

Knoblauch- und Anchovis-Paste erhalten Sie im Supermarkt; im Kühlschrank halten sie sich jahrelang frisch. Keine Angst, die Anchovis verleihen dem Braten keinen Fischgeschmack – sie geben ihm nur einen tollen herzhaften Geschmack. Hätten Sie übrigens gewusst, dass Anchovis auch eine der Hauptzutaten von Worcestershire-Sauce sind?

Wenn Sie tiefgekühltes Fleisch verwenden, tauen Sie es vor dem Zubereiten in der Mikrowelle auf – rechnen Sie dabei pro 450 g mit einer Auftauzeit von 5 Minuten.