



Osso Buco vom Junglamm

Zutaten für 4 Personen:

1 ½ kg Stelzen mit Knochen (in 3 cm dicke Scheiben geschnitten)
 2 Zwiebeln, fein geschnitten
 250 g Wurzelwerk (Karotten, Sellerie, usw.)
 2 EL Tomatenmark
 1/8 Liter Rotwein
 ¼ kg geschälte, gekochte Tomaten (püriert)
 ½ Liter klare Lamm- oder Rindsuppe
 Salz, Thymian, Rosmarin
 3 Lorbeerblätter
 3 Zehen Knoblauch
 Mehl, griffig
 Öl

Zubereitung:

1. Die Fleischscheiben salzen, pfeffern und mit Mehl bestäuben. In einer Bratpfanne Öl erhitzen und das Fleisch einlegen.
2. Fleisch auf beiden Seiten kräftig anbraten und herausnehmen.
3. Im Bratrückstand die fein gehackten Zwiebeln goldgelb anrösten.
4. Fein geschnittenes Wurzelwerk begeben und ebenfalls durchrösten.
5. Tomatenmark einrühren und kurz anbräunen. Mit Rotwein ablöschen.
6. Pürierte Tomaten zugeben und kurz einkochen. Danach mit Suppe aufgießen.
7. Die Fleischscheiben und den ausgetretenen Saft in die Sauce geben.
8. Mit den Gewürzen und Kräutern verfeinern.
9. Zugedeckt ca. 2 ½ bis 3 Stunden bei geringer Hitze im zugedeckten Topf schmoren. Wenn das Fleisch gar ist, nochmals abschmecken.

BEILAGENEMPFEHLUNG: SALZKARTOFFELN



Anderlbauer e.K., Hauptstr. 4, 83112 Frasdorf, www.anderlbauer.de