



Säuerlicher Lammeintopf mit Spitzkohl und Sauerrahm

Das urchige Rezept ähnelt dem Hafchabis oder dem Irish Stew. Zubereitet wird es wie eine Blanquette, das Fleisch wird vor dem Schmoren nicht angebraten und zum Schluss mit Sauerrahm verfeinert. Die klein gewürfelten, mehlig kochenden Kartoffeln sorgen für eine leicht Bindung des Eintopfes und der Spitzkohl verleiht ihm einen soliden Grundgeschmack. Spitzkohl ist nicht nur zarter als Weisskohl, er schmeckt auch milder und dominiert den Eintopf nicht allzu sehr. Kräftige Gewürze, Fenchelsamen, Kreuzkümmel und Lorbeer, passen bestens zum Lammfleisch und dem Kohlgemüse und betonen den rustikalen Gusto des Eintopfes.

Obwohl der Eintopf bereits Kartoffeln enthält, schmecken Salzkaroffeln von einer festkochenden Sorte bestens dazu.

Zutaten (2-3 Portionen)

350g	Lammvoressen
1	Zwiebel ca. 60g
200g	Spitzkohl
150g	Kartoffel mehlig kochend
6cl	weisser Balsamico
4cl	Weisswein
2-3dl	Hühnerbouillon
1dl	Sauerrahm
1Tl	Fenchelsamen
1Tl	Kreuzkümmel
3	Lorbeerblätter
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

Lammfleisch in eine Schüssel geben, mit Balsamico und Weisswein übergießen und 2

Stunden ziehen lassen.

Zwiebel halbieren und zu schmalen Streifen schneiden. Kartoffeln schälen und zu kleinen Würfelchen schneiden.

Lammfleisch mit dem Essiggemisch, den Zwiebeln und den Kartoffeln in eine kalte Pfanne geben. Fenchelsamen, Kreuzkümmel und Lorbeer zugeben, mit etwas Pfeffer würzen. Bouillon dazugießen bis alles gut von Flüssigkeit bedeckt ist. Aufkochen und zugedeckt 1 Stunde köcheln lassen.

Deckel abnehmen und die Flüssigkeit ca. 1/2 Stunde einkochen lassen.

Spitzkohl längs halbieren und quer zu den Blättern zu ca. 5 mm breiten Streifen schneiden. Zum Eintopf geben und eine weitere 1/2 Stunde köcheln lassen bis der Kohl gar ist.

Sauerrahm unterrühren, ev. mit Salz und Pfeffer abschmecken und anrichten.







