



Lambbäggli auf Gemüse-Pilz-Ragout

Das Bäggli ist ein eher kleiner Muskel, der aus dem Lammgigot geschnitten wird (siehe da). Es wird selten angeboten, da der Gigot als Ganzes sehr beliebt ist. Aus dem Lambbäggli lassen sich zarte Schnitzel schneiden. Am Stück bei niedriger Temperatur im Ofen gegart, ergibt es einen kleinen, saftigen Braten. Mit seiner Grösse, um die 350g, ist es ein ideales Stück für 2 Personen.

Nach traditioneller Art auf einem Mischgemüse mit Pilzen gegart und angerichtet, schmeckt das aromatische Lammfleisch ausgezeichnet. Das Gemüse muss vorgekocht werden, da es bei der niedrigen Ofentemperatur nicht gar würde. Nebst Rüebli und Sellerie ist auch die Pastinake ein gutes Schmorgemüse, sie ist feinwürzig und schmeckt auch ein wenig nach Kräutern.

Zutaten (2 Portionen)

1	Lambbäggli, ca. 350g
30g	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
30g	Zwiebel
80g	Pilze (Champignons, Austernpilze)
100g	Rüebli
100g	Pastinake
60g	Sellerie
3-4	grosse Salbeiblätter
1Tl	Mehl
1,5dl	Weisswein
1,5dl	Bouillon
	Salz und Pfeffer
	Bratbutter

Zubereitung

Lammbäggli mindestens 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen und sogleich ringsum salzen und pfeffern.

Gemüse zu knapp 1cm grossen Würfeln schneiden. Zwiebel und Knoblauch eher grob hacken. Salbei zu Streifchen schneiden. Stiele von den Austernpilzen wegschneiden, die sind oft recht zäh. Sofern sie verfärbt sind, Schäfte aus den Champignons herausbrechen. Pilze zu groben Stücken schneiden, etwas grösser als das Gemüse.

Pilze zusammen mit der Zwiebel leicht anrösten. Gemüse, Knoblauch und Salbei zugeben, vermischen und ca. 5 Minuten dünsten. Gemüse mit Mehl bestäuben und vermischen. Weisswein und Bouillon zugießen und ca. 30 Minuten offen köcheln lassen, der Saft sollte auf einen Drüttel einkochen.

Lammbäggli ringsum anbraten. Ofen auf 80° vorheizen.

Gemüse in eine Gratinform geben, Lammbäggli darauf legen und das Bratenthemometer an der dicksten Stelle einstecken.

Im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 65° garen.

Gemüse zu einem Bett anrichten, das Lammbäggli tranchieren und darauf legen.









