

Lamm-Gemüse-Eintopf



Zutaten (8 Portionen)

1,4 kg Lammfleisch aus der Keule, ohne Knochen
1 kg Kartoffeln
je 1 rote, grüne und gelbe Paprikaschote
600 g kleine Zucchini
500 g Tomaten
3 mittelgroße Zwiebeln

4–5 Knoblauchzehen
125 ml trockener Weißwein
125 ml Fleischbrühe
4 EL Speiseöl
2 Lorbeerblätter
1 EL gehackter Rosmarin
Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Den Backofen auf 180 °C vorheizen.
2. Das Lammfleisch unter fließendem Wasser abspülen, trocknen und in Würfel schneiden.
3. Die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Die Paprika halbieren und Stiele, Kerne und die weißen Scheidewände entfernen. Die Schoten waschen, trocknen und in Stücke schneiden. Die Zucchini waschen und trocknen. Dann die Enden abschneiden und in Scheiben schneiden. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und in kleine Würfel schneiden.
4. Die Tomaten waschen und kreuzweise einschneiden. Einige Sekunden in kochendes, dann kurz in kaltes Wasser legen, anschließend enthäuten, halbieren und Kerne und Stängelansätze herausschneiden. Die Tomaten ebenfalls in Scheiben schneiden.
5. In einem großen Topf oder Bräter Speiseöl erhitzen und die Fleischwürfel darin von allen Seiten anbraten. Lorbeerblätter und Rosmarin hinzufügen und alles mit Salz und Pfeffer würzen. Nacheinander Kartoffelscheiben, Paprikastücke, Zucchini-, Tomatenscheiben, Zwiebel- und Knoblauchwürfel schichtweise hinzufügen. Jede Lage mit Salz und Pfeffer bestreuen. Dann die Brühe und den Wein hineingießen und den Topf zugedeckt auf dem Rost für ca. 2 Stunden im Backofen garen.