



Lammgigot „Toscana“

Zutaten:

1 Lammgigot, zirka 2 kg
3-4 Knoblauchzehen,
Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle,
8 EL Olivenöl,
1 Fl. (0,7 l) trockener Weisswein oder Rosé aus der Toscana,
500 g kl. Schalotten,
2-3 Zweige Rosmarin,
4-6 Zweige Thymian,
50 g kalte Butter.

Zubereitung:

Das Gigot waschen, trockentupfen und mit einem spitzen Messer viele kleine Einschnitte ins Fleisch machen. Knoblauch schälen, in kleine Längsstücke schneiden und in die Einschnitte stecken (spicken). Danach mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Backofen auf 120° Grad vorheizen. Drei EL Öl in einen großen Bräter geben, Keule hineinlegen und mit zwei EL Öl beträufeln.
Drei Stunden braten.

Dabei zum ersten Mal nach 30 Min., zum zweiten Mal nach 60 Min. mit etwas Wein übergiessen.

Schalotten schälen, Rosmarin und Thymian abspülen, trockentupfen und in kl. Stücke schneiden. Schalotten nach 90 Min. um die Keule legen und mit dem restlichen Öl beträufeln. Schalotten und Keule mit den Kräutern bestreuen. Nach und nach den restlichen Wein, bis auf ¼ l zufügen. Die Keule gelegentlich mit dem Bratenfond begiessen. Keule aufschneiden, mit den Schalotten umlegen. Den Bratensatz mit dem restlichen Wein loskochen, durchsieben, entfetten und noch einmal erhitzen, dabei die Butter in kl. Flöckchen einschwenken. Mit Salz & Pfeffer abschmecken.

Dazu: Parisette, Oliverkartoffeln

Wichtig:

Backofen: 120° Grad /Umluft 100° - 110° Grad nicht überschreiten!

bei 80- 100° verlängert sich die Garzeit um 1-2 Stunden