

## Rezept

# Geschmorte Milchlammschulter mit Oliven und Pinienkernen

Ein Rezept von Geschmorte Milchlammschulter mit Oliven und Pinienkernen, am 17.11.2024

## Zutaten

- |  |  |
|--|--|
| <b>1</b> Zwiebel   | <b>2</b> Knoblauchzehen  |
| je 2 Zweige frischer Salbei, Rosmarin und Thymian (oder 1 Bund gemischte Kräuter der Provence) | <b>2</b> Milchlammschultern (mit Knochen, je ca. 500 g; beim Metzger vorbestellen) |
| Pfeffer  | Salz   |
| <b>100 g</b> Pinienkerne   | <b>4 EL</b> Olivenöl   |
| <b>1</b> Lorbeerblatt  | ¼ l trockener Weißwein   |
| <b>200 g</b> kleine schwarze Oliven  | ¼ l Kalbsfond  |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 940 kcal

## Zubereitung

1. Den Backofen auf 160° vorheizen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Kräuterzweige waschen und trocken schütteln. Die Milchlammschultern kalt abwaschen, trocken tupfen und rundherum salzen und pfeffern.
2. Einen Bräter erhitzen, das Öl hineingeben und die Lammschultern darin bei mittlerer Hitze in 6-7 Min. rundherum anbraten, herausnehmen. Zwiebel, Knoblauch und Pinienkerne in den Bräter geben und unter Rühren 2 Min. anbraten. Mit dem Wein ablöschen, die Lammschultern wieder einlegen. Die Kräuterzweige und das Lorbeerblatt dazulegen. Im heißen Ofen (Mitte, Umluft 140°) 45 Min. zugedeckt schmoren lassen. Dann die Lammschultern wenden, die Hälfte des Kalbsfonds angießen und 30 Min. offen weiterschmoren lassen.
3. Die Lammschultern noch einmal wenden, den übrigen Kalbsfond angießen und die Oliven hinzufügen. Weitere 15-30 Min. schmoren lassen. Um zu sehen, ob das Fleisch gar ist, sollten Sie es nahe am Knochen einstechen: Wenn das leicht geht und der austretende Fleischsaft klar ist, sind die Lammschultern fertig. Dann herausnehmen und zugedeckt 10 Min. ruhen lassen.
4. Das Lammfleisch vom Knochen schneiden und mit Oliven, Pinienkernen und dem klaren Bratensaft auf vorgewärmte Teller verteilen. Dazu schmecken knuspriges Ciabatta oder Polenta und ein trockener Weißwein.