

Winzer-Rezepte aus Übersee

Agostina aus Argentinien empfiehlt:

Safran Lamm

& Avarizza Blend 2

Zutaten (für 4 Personen)

- 1 kg Lammfleisch (Nacken oder Schulter)
- 1 große Zwiebel, grob gehackt
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 2 EL flüssigen Honig
- ½ TL gemahlene Kreuzkümmel
- 1 Prise Safran
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 250 ml Olivenöl extra Virgine



Zubereitung

125 ml Olivenöl in großer Pfanne erhitzen, darin das Lammfleisch von allen Seiten goldgelb anbraten. Mit Salz und gemahlenem Pfeffer würzen und auf einen Teller legen. Restliches Olivenöl in einen Bräter (mit Deckel) füllen, Zwiebeln und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten weich garen. Kreuzkümmel, Safran, schwarze Pfefferkörner und ¼ TL Salz hinzufügen. Weiter köcheln lassen, nach 2 – 3 Minuten Honig einrühren, Hitze reduzieren und alles gut verrühren. 125 ml Wasser dazu geben und zum Kochen bringen. Lammfleisch in den kochenden Safransud geben, auf mittlere Hitze reduzieren und 1 ½ bis 2 Stunden das Fleisch gar köcheln. Gelegentlich das Fleisch wenden, damit es nicht am Boden haftet. Salzkartoffeln zubereiten und mit dem Lamm im Safransud servieren.

Zu diesem sehr aromatischen Gericht passt perfekt der Avarizza Blend 2 von Agostina.