
Lammrücken mit Ofenkartoffeln

Zutaten:

- 1 Lammrücken-Hälfte
- Saft und Schale einer Zitrone
- 3 – 4 Knoblauchzehen klein gehackt
- 3-4 Zweige Thymian
- 1 Zweig Rosmarin gehackt
- 4 – 5 Stängel Minze mit Blättern gehackt
- Schwarzer Pfeffer
- Chili

Zubereitung:

- aus obigen Zutaten Marinade herstellen
- Lammrücken von den Rückenknochen her zur Wirbelsäule der Länge nach mit spitzem Messer vom Knochen lösen, aber nicht durchschneiden (erleichtert das Tranchieren nach dem Backen)
- Rücken mit der Marinade bestreichen
- das gelöste Fleisch zur Seite klappen und mit Küchengarn am Knochen festbinden; in einen Tiefkühlbeutel geben und mindestens 2 Stunden ziehen lassen
- 1 kg fest kochende Kartoffeln schälen und in Viertelstücke schneiden
- Backofen auf 180° vorheizen
- Auflaufform mit 100 ml warmem Wasser füllen, die Reste der Marinade zugeben sowie 1 Zweig Rosmarin und 2 geviertelte Zwiebeln
- Fleisch salzen und in die Mitte legen
- Kartoffeln um den Braten herum legen, mit Pfeffer, Salz und Rosmarin würzen und mit etwas Olivenöl beträufeln
- 1 Std. braten, dann die Kartoffeln wenden und das Fleisch mit dem Bratensaft begießen; in der Auflaufform sollten immer 5-8 mm Flüssigkeit sein, evtl. mit Wasser ergänzen
- 1 Std. weiter schmoren, Fleisch regelmäßig begießen, zum Schluss 10 Min. 200°

Küchengarn entfernen, Fleisch vom Knochen lösen und mit den Kartoffeln servieren.

Passende Beilagen: grüne Bohnen; Blattspinat; Mangold; Brokkoli.