

# Lammkeule gekocht, in Senf - Kapernsoße

- **Portionen:** 6-8
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 2:30 h
- **Fertig in** 2:45 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '165', 'cook_time' : '2:30 h', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '6-8', 'yield' : '' });
```

Lammkeule der etwas „anderen Art“, aber so etwas von lecker!

## Zutaten

- 1 frische, Lammkeule "hohl ausgelöst"
- (Von Schlussknochen, Röhrenknochen und Haxe befreit, erledigt sicherlich ihr Metzger)
- Helles Suppenemüse aus:
- 2 kleinen Zwiebeln, 1 kleinen Stange Porrèe, 1 frische Möhren, 60 g Knollensellerie
- Gewürze: Gestoßene Pfefferkörner, 1 Lorbeerblatt,
- 3 - 4 Nelkenköpfe, etwas gewürfelter Knoblauch
- Für die Soße:
- 2 - 3 El frz. Meaux Senf
- 1 Gläschen „Murcia-Kapern“
- 1 Zitrone
- 2 - 3 Schalotten, gewürfelt
- 2 El Mehl
- 1/4 l Sahne
- 1/4 l Crème fraiche
- Etwas frische Butter

## Zubereitungsart

### Schritt1

Daer Ansatz der Keule:

### Schritt2

Einen ausreichend großer Topf kochendes Wasser mit dem o.g. Suppengrün und den Gewürzen ausgarnieren.

### **Schritt3**

Die gewaschene Lammkeule dazu geben, leise „simmern “ lassen, hin und wieder abschäumen. Die Garzeit beträgt ca. 2 - 2 1/2 Stunden. je nach Größe der Keule. Sie sollte dabei immer noch leicht rosa bleiben; ein herrlich kräftiger Fond izur Weiterverwendung st entstanden.

### **Schritt4**

Der Senf-Kapernschaum:

### **Schritt5**

Die gehackten Schalotten in Butter anschwitzen, das Mehl dazu geben,. Verrühren, anschwitzen ohne Farbe nehmen zu lassen.

### **Schritt6**

Mit mit Lammfond aufgießen, glatt rühren, aufkochen ca. 15 min. leise auskochen lassen.

### **Schritt7**

Die Sahne und Crème fraiche dazu geben, mit Salz, Pfeffer, etwas von dem Kapernfond, sowie 1 El Löffel Senf,und dem Zitronensaft pikant abschmecken.

### **Schritt8**

Mit etwas kalter Butter „aufmischen", nicht mehr kochen lassen

### **Schritt9**

.Die Murcia Kapern im Ganzen, oder gehackt, dazu geben, ev. etwas geschlagene Sahne unterheben.

### **Schritt10**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt11**

Die Lammfkeule "leicht rosa" aufschneiden und mit dem Senf-Kapernschaum an / untergießen.

### **Schritt12**

Die passenden Beilagen sind äußerst vielfältig wie::

### **Schritt13**

"Buntes Bohnenallerlei " aus: Prinzessbohnen, rote und weiße Bohnenkernen, westfälische „Schnibbelbohnen", Blattspinat mit gerösteten Pinienkernen, buntes, rustikales Marktgemüse wie:

### **Schritt14**

Rübchen, Kohlräbchen, kleine Möhrchen, geschmorter Wirsing oder Spitzkohl etc.

## **Schritt15**

Kartoffelgratin, gebratene Mäuschen - Kartoffeln / Drillinge,

## **Schritt16**

Reisrisotto oder Gemüse Risotto etc.

**Rezeptart:** Lammfleisch **Tags:** ostern

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/lammkeule-gekocht-in-senf-kapernsosse/>