

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/>