

Lammragout mit Maronen und Gemüse

- **Schwierigkeitsgrad:**Mittel
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 45m
- **Fertig in** 1:20 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '60', 'cook_time' : '45m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Wenn zwischen Ende September und Anfang Oktober die ersten Maronen ihre volle Reife erreichen, ist dies ein sicheres Zeichen dafür, dass der Winter unmittelbar bevorsteht. Auf den, ende November anfang Dezember beginnenden deutschen Weihnachtsmärkten locken neben Lebkuchen und Glühwein frisch gerösteten Maronen.

Mit den Rosskastanien, die wir im Herbst vom Boden sammeln, haben Maronen allerdings nichts gemein. Maronen, die braunen Früchte der Edelkastanie sind fester Bestandteil vieler Wildgerichte und werden auch gerne als Füllung von Braten verwendet. Ganz klassisch ist sicherlich die traditionelle Weihnachtsgans mit einer Maronenfüllung.

Maronen, enthalten vergleichsweise wenig Fett und Kalorien und eignen sich vorzüglich um Gerichte experimentell damit zu verfeinern. Ein exzellentes Beispiel ist das hier vorgestellte würzige Lammragout Rezept. Kombiniert mit geschmacksintensiven Gewürzen wie Rosmarin und Knoblauch, sowie in Rotwein geschmortem Gemüse ergibt sich ein Fest für jeden Gaumen.

Zutaten

- 700-800 g Lammfleisch, aus der Schulter oder Keule, gewaschen, trocken getupft, in 2-3 cm großen Würfeln geschnitten.
- 300 g Zwiebeln oder Scharlotten, gewürfelt
- 100 g Knollensellerie, grob gewürfelt
- 300 g Maronen - Esskastanien, bereits vorgegart
- 200 g Porree in 2 cm großen Stücken
- 200 g Möhren, geputzt, gewaschen, in 2 cm großen Würfeln
- 800 ml brauner Lamm Fond aus dem Supermarkt, oder Wasser
- 1 gehäufte El Tomatenmark
- 1/2 l trockener Rotwein
- 1 Zweig Rosmarin, gezupft, gehackt
- 1 Zweig Thymian, gezupft, gehackt
- 1-2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt, nach eigenem Geschmack
- 2-3 El Walnuss - oder Rapsöl
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, etwas Kardamom, Chili, Zimt und Sternanis nach eigenem Geschmack.

Tipp:

Sollten Sie lieber frische Edelkastanien verwenden wollen, dann an der Spitze kreuzförmig einritzen und im Ofen bei 200 Grad Celsius für ca. 10 Minuten ohne Fett auf dem Blech oder Rost backen.

Zubereitungsart

Schritt1

Das Lammfleisch in einem passenden Bratentopf mit heißem Öl nach und nach anbraten, sodass es keinen Fond zieht, salzen, pfeffern. Appetitlich bräunen und zuerst das Tomatenmark dazugeben, schön glacieren.

Schritt2

Mit der Hälfte des Rotweins ablöschen, fast völlig einkochen lassen. Den restlichen Rotwein zugießen, ebenfalls reduzieren lassen, erst dann mit dem Lamm Fond und / oder etwas Wasser bedecken. Deckel drauf und für etwa 45 Minuten leise köcheln lassen, danach prüfen.

Schritt3

Anschließend und nach Garpunktreihenfolge zunächst die Möhren zufügen, etwas zeitversetzt den Porree und schlussendlich die Maronen sowie die Kräuter. Für etwa 10-12 Minuten weiter köcheln lassen, das Lamm allerdings immer im Blick behalten.

Rezeptart: Lammfleisch **Tags:** lamm, maronen, Ragout

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/lammragout-maronen-gemuese/>