

## Geschmorte Lammhaxe mit Wurzelgemüse & Kartoffeln



### Schmoren - geduldiges Garen für höchsten Genuss

Schmoren nennt man die Kombination aus Anbraten und anschließendem Garen plus Dämpfen in Flüssigkeit. Dabei muss das Fleisch nicht vollständig in Flüssigkeit liegen. Es reicht, wenn das Fleisch ca. zu 1/3 oder 1/2 im Sud badet und mit Deckel sanft gart.

Im Ofen oder auf dem Herd werden dadurch besonders langfaserige und bindegewebsreiche Fleischteile zart, die sonst gerne zäh bleiben. Werden Gemüse und Kartoffeln mit geschmort, ist ein komplettes Gericht zeitgleich und bequem fertiggestellt, denn das zarte und saftige Fleisch kann anschließend mit den Beilagen und der Soße serviert werden.

Als Gardauer empfehlen sich 1,5 bis 2 Stunden (manchmal 2,5 Stunden), je nach Gewicht der Haxen. Perfekt ist das Fleisch dann, wenn sich ein Holzzahnstocher leicht an der dicksten Stelle der Haxe einstechen lässt.

Wir wünschen gutes Gelingen und viel Genuss bei unserem heutigen Schmorgericht:

## Zutaten

- 2 große Lammhaxen (â ca. 400-450 g)
- 600 g Kartoffeln (festkochend)
- 200 g Wurzelpetersilie
- 200 g Karotten
- 150 g Sellerie
- 5 Schalotten
- 4 Knoblauchzehen
- 200 g Tomaten, gestückelt (Aus der Dose oder Glas)
- 400 ml Lammfond oder Gemüsebrühe
- 500 ml Rotwein oder Johannisbeersaft
- 50 g Tomatenmark
- Salz, Pfeffer
- Etwas Saucenbinder zum Andicken der Sauce
- Öl zum Anbraten
- Wer möchte: etwas Rosmarin und Thymian, frisch

## Zubereitung

Die Kartoffeln und Schalotten schälen und längs halbieren.

Sellerie, Karotten und Wurzelpetersilie schälen und in 2-3 cm große Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden.

Die Lammhaxen salzen und pfeffern. In einem heißen Bräter mit Öl von allen Seiten anbraten. Haxen herausnehmen.

Im Bräter das Gemüse und die Kartoffeln rührend anbraten. Knoblauch, frische Kräuter und Tomatenmark zugeben, kurz anschwitzen und alles mit Rotwein, Tomatenstücken und Fond bzw. Brühe ablöschen. Die Haxen auf das Gemüse legen und den Deckel aufsetzen.

Bei 160°C (Ober- und Unterhitze) im Ofen ca. 1,5 -2 Stunden garen, bis die Haxen weich sind. Tipp: Mit einem Zahnstocher einstechen und prüfen, ob dieser butterweich das Fleisch durchspießt.

Die Haxen herausnehmen und abdecken.

Das Gemüse samt Soße durch ein Sieb gießen. Gemüse warmhalten.

Die Soße in einem Topf mit etwas Saucenbinder andicken und nochmals abschmecken.

Das Fleisch von der Haxe lösen und in der Soße erwärmen. Mit dem Schmor Gemüse servieren.