

JURADISTL Lamm

REZEPT #03

Bärlauch-Lammtopf



Juradistl-Lamm | Rezept #03

Rezept von: Stefan Rehber, Schlossbräu Lintach, Amberger Str. 16, 92272 Freudenberg,
Tel. 09627/92220

BÄRLAUCH-LAMMTOPF

Zutaten:

- 800 g Juradistl-Lammfleisch (Hals oder Schulter, in Würfeln)
- 200 g Zwiebelwürfel
- 300 g grüne Bohnen
- 250 g Karottenwürfel
- 100 g durchw. Speck
- 50 g frischer Bärlauch, gehackt oder tiefgekühlt

Speck und Zwiebel in Olivenöl anrösten, das Fleisch zugeben, salzen, pfeffern und rösten. Mit Wasser auffüllen bis das Fleisch knapp bedeckt ist und leicht köcheln lassen.

Nach ca. 1 Stunde (das Fleisch sollte fast weich sein) Karottenwürfel und Bohnen zugeben. Nach 5 Min. den Bärlauch zugeben, kurz mitkochen und abschmecken.

Mit frischem Weißbrot oder Kartoffelgratin servieren.



Mit den Juradistl-Rezepten möchten wir Ihnen Lust auf das Kochen mit hochwertigem Lammfleisch machen. Juradistl-Lamm ist Bestandteil eines der größten Biodiversitäts-Projekte in Bayern und steht für Naturschutz und Artenvielfalt im Oberpfälzer Jura. Landschaftspflegeverbände, Naturschutzbehörden, Kommunen und viele andere arbeiten über Landkreisgrenzen hinweg zusammen. Wir wollen gefährdete Tier- und Pflanzenarten des Jura schützen, die Landschaft erhalten und unseren heimischen Schäfern die Zukunft sichern. Mehr Infos zum Projekt, zu den Juradistl-Qualitätskriterien und weitere feine Rezepte finden Sie unter

www.juradistl.de

Herausgeber: Landschaftspflegeverbände Amberg-Sulzbach, Neumarkt i.d.OPf., Regensburg und Schwandorf
Unterstützt & gefördert von: Regierung der Oberpfalz | Bayer. Staatsministerium für Umwelt u. Verbraucherschutz