

Bauernschöpsernes (Für 4 Personene)

Fleisch 800 g Schulter vom Hammel

Gemüse 100 g Zwiebel
500 g Karotten

Sonstiges 2 EL Öl zum Anbraten
1 EL Tomatenmark
¼ kräftiger Rotwein
½ L braune Lammbrühe oder Fleischsuppe

Würzmittel 2 Knoblauchzehen, grob gehackt
1 Lorbeerblatt
je 1 Zweig Rosmarin, Salbei, Thymian
Pfeffer aus der Mühle
Salz

- Das Fleisch in 40 g schwere Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne im Öl anbraten.
- Die Zwiebel schälen und in große Würfel schneiden und zusammen mit dem Knoblauch zum Fleisch geben, mitrösten, das Tomatenmark begeben, mit Rotwein ablöschen und etwas einkocht lassen.
- Mit der braunen lammbrühe aufgießen und im vorgeheizten Backrohr zugedeckt 1 Stunde schmoren lassen.
- Die Kartoffel schälen, in 3 cm große Würfel schneiden und zum Schöpsernen geben. Zugedeckt 20 Minuten im Rohr weiter schmoren lassen.
- Die Kräuter und die Tomatenwürfel begeben und noch etwa 10 Minuten zugedeckt fertig schmoren lassen.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren.

Gartemperatur: 180 Grad

Garzeit: insgesamt etwa 1 ½ Stunden

Tipp und Empfehlung

- Sie können das Fleisch auch mit den Knochen in Stücke schneiden und dann zubereiten.
- Als Beilage eignen sich gedünstetes Weißkraut, Bohnen mit Speck oder Krautsalat.

