



Zutaten

für 4 Personen:
 1 kg Lammrücken
 oder
 800 g Lammlachse
 Jodsalz, Pfeffer aus
 der Mühle
 1 kl. Dose
 Artischockenböden
 4 Zwiebeln
 3 Knoblauchzehen
 4 Tomaten
 100 g grüne,
 kernlose Oliven
 4 Salbeiblätter
 2 Zweige Rosmarin
 2 Lorbeerblätter
 1 Tasse Fleisch-
 brühe
 Bratfolie

Lammlachse im Bratschlauch

Zubereitung:

Den Lammrücken kräftig salzen und pfeffern. Die Artischocken in einem Sieb abtropfen lassen. Die Zwiebeln vierteln, den Knoblauch schälen und die Tomaten enthäuten. Alles zusammen mit dem Lammrücken, den Kräutern und den Oliven in den Bratenschlauch geben, zum Schluss die Fleischbrühe dazugießen. Die Bratfolie nach Anweisung verschließen und auf den kalten

Rost legen. Den Rost in die unterste Schiene schieben und bei 200 °C (Gas Stufe 4, Umluft 180 °C) ca. 25 Minuten garen. Artischockenböden ebenfalls im Ofen erhitzen und mit dem geschmorten Gemüse füllen. Zum Fleisch servieren.

Den fertigen Braten aus der Folie nehmen, Rosmarin und Lorbeerblätter entfernen und aufschneiden.