



Kochrezept



Rezept: 2.071 - ' ' Irish Stew" ist ein toller Party-Eintopf,,
traditionelles irisches Lamm Rezept

Weinempfehlung: Sommelier vividus

Rezeptgeber: unbekannt

Irish Stew war einst ein Arme Leute Essen in Irland und verlor an Popularität. Aufgrund der Wirtschaftskrise und der zunehmenden Arbeitslosigkeit bieten Irische Pubs diesen kostengünstigen Eintopf wieder vermehrt an. Irish Stew ist ein sehr schmackhaftes Rezept, das durch die Rezept Zutaten wie z.B. Lamm Fleisch, Weißkohl, Kartoffeln, Möhren mit den Kräutern Kümmel und Thymian einen besonderen Geschmack entwickelt.

Zutaten für 4 Personen:

1 Zwiebel - 300 g Möhren - 1 Sellerie Knolle - 1 Stange Porree - 1/2 oder einen kleinen Weißkohl - etwas Öl - 500 g Lamm Fleisch (Ragout) - 500 ml Fleischbrühe - Salz, Pfeffer - Muskat (frisch gerieben) - 1 TL Kümmel - 1 TL Thymian –
4 Kartoffeln

Zubereitung:

Die Zwiebel und den Sellerie würfeln, Möhren und Porree in Scheiben schneiden. Weißkohl ohne Strunk in Streifen hobeln.

Das Lamm Fleisch in etwas Öl anbraten. Zwiebeln, Möhren, Sellerie, Porree und Weißkohl dazugeben. Alles ca. 10 min. dünsten. Mit Fleischbrühe ablöschen. Den Eintopf mit Salz, Pfeffer, frisch geriebenen Muskat, Kümmel und Thymian würzen. Anschließend das Irish Stew ca. 45 min. auf kleiner Stufe köcheln lassen.

Die Kartoffeln schälen und drei der Kartoffeln mit zum Irish Stew gehen. Diese 15 min mitköcheln lassen. Die vierte Kartoffel kurz vor Ende der Garzeit roh in den Eintopf reiben und einige Minuten mitkochen lassen. Dies macht das Irish Stew schön cremig.

Beilagen: Irisches Brot mit Buttermilch (Irish Soda-Brad)

Weinempfehlung:

Perfekt: Ein trockener und im Holzfass gereifter Spätburgunder aus Baden ist zu diesem Rezept der Favorit des „Sommelier Vividus“

Trink deinen Wein
mit frohem Herzen,
denn Gott hat längst
seinen Gefallen daran
Prediger 9,7

„vividus-natürlich® * - *lebend, naturgetreu, munter, so wie die Natur es gibt*

Weinfachagentur Klaus Löbbe * Mühlenstraße 45a * 58285 Gevelsberg

Telefon: 02332 / 551276 * E-Mail: kur.loebbe@t-online.de * www.vividus-natuerlich.de