

Orientalisches Lammragout (2 Personen)

600 gr Lammschulter, in Würfel schneiden 1x1 cm
400 gr Tomaten, geschält gehackt (Dose)
4 Süsskartoffeln (500 gr), in Schnitze schneiden
1 Zwiebel, gehackt
2 Knoblauch, gehackt
6 EL Erdnussöl
1 Zimtstange
3 Chilischoten, in Ringe geschnitten
4 dl Kalbsfond
4 EL Erdnussbutter
1 EL Peterli, glattblättrig, fein gehackt
1 EL Koriander, fein gehackt
Salz, Fleur de Sel
Pfeffer

ZUBEREITUNG FLEISCH

1. 3 EL Erdnussöl erhitzen.
2. Fleisch dazugeben und rundum anbraten ca. 5 Min., warmstellen.
3. Zwiebeln und Knoblauch in Erdnussöl anbraten ca. 4 Min.
4. Zimtstange, Chilischoten, kurz mitdünsten ca. 3 Min.
5. 400 gr Tomaten, 4 dl Kalbsfond und 1 EL Erdnussbutter begeben und verrühren.
6. Fleisch zurück in die Pfanne geben.
7. Abschmecken mit Salz und Pfeffer
8. Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. **1h** köcheln lassen
9. Ragout mit Kräutern bestreuen, servieren.

ZUBEREITUNG KARTOFFELN

1. Backofen auf **200 Grad** vorheizen.
2. Süsskartoffeln mit Erdnussöl bestreichen.
3. Süsskartoffeln auf einem Blech verteilen und mit Fleur de Sel bestreuen.
4. in Ofenmitte **25 Min.** backen