

Raqabeh Mahshi

Gefüllter Lammhals nach palästinensischer Art

HOFLIEFERANT
FLEISCH & WURST VOM BIO-METZGER.

Zutaten (für 6 Personen)



1,5 kg Lammhals, ausgelöst
250 g Langkornreis
300 g Lammhackfleisch
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
50 g Pinienkerne
50 g Mandeln
3 EL Butterschmalz
1 TL Piment
½ TL Zimt
½ TL Kardamom
Salz und Pfeffer
2 Lorbeerblätter
1 Glas Hofgenuss Lammfond

So gehts:

Den Reis waschen und 20 Minuten einweichen. Eine fein gehackte Zwiebel zusammen mit dem Hackfleisch in etwas Butterschmalz anbraten und mit Piment, Zimt, Kardamom, Salz und Pfeffer würzen. Den Reis dazugeben, mit etwa 200 ml Wasser aufgießen und 8–10 Minuten vorgaren. Die Mandeln und Pinienkerne rösten und unter die abgekühlte Füllung mischen.*

Den ausgelösten Lammhals flach ausbreiten, salzen und pfeffern, die Füllung darauf verteilen, aufrollen und mit Küchengarn verschließen. Den Braten rundherum in Butterschmalz anbraten und mit der restlichen Zwiebel, Knoblauch und Lorbeerblättern in einen Bräter geben. Mit Lammfond ablöschen und zugedeckt bei 160 °C etwa 2½–3½ Stunden im Ofen schmoren. Bei Bedarf etwas Wasser nachgießen. Zum Schluss ohne Deckel bei 220 °C etwa 15 Minuten goldbraun rösten. Darauf achten, dass die Reisfüllung vollständig durchgegart ist.

>> Dazu passen: Naturjoghurt, Mezze und gewürzter Reis.

Variante: Statt Lammhals kann auch ausgelöste Lammbrust verwendet werden. Die Zubereitung bleibt gleich.

Guten Appetit!