

Vorgeschlagen von: am Mi 04 Mär 2009 19:35:59 CET

Beschreibung

Zutaten

1 kg Hammelkeule, Knoblauch, Salz, Pfeffer, Paprika, Öl, 2 Zwiebeln, 0,5 l Landbier, Mehl, Sahne, Majoran

Zubereitung

Hammelkeule mit Knoblauch spicken, Salz, Pfeffer, Paprika und Majoran darüberstreuen. Das Fleisch mit Öl bepinseln und mit den fein gehackten Zwiebeln etwa 30 Minuten im Ofen braten. 1/4l Bier darübergießen, nach weiteren 20 Minuten nochmals 1/4l Bier. Die Keule gar werden lassen, die Soße durch ein Sieb geben und mit Mehl und Sahne legieren.

Anmerkungen

Zubereitungsdauer	5 Min	Schwierigkeit	ganz einfach
Portionen	eine Portion	Sonstige Menge	
Land/Region		Kosten	
Vegetarisch	0	Laktose frei	0
Diabetisch	0	Gluten frei	0
Kilo-Kalorien		Kilojoule	
Fettgehalt		Broteinheiten	
Eiweiß		Kohlehydrate	