

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

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