

Oppskrifter 16.1.2010 – Klubbmøte hos Jan Øve

Lammelår med ovnsbakte grønnsaker, rødvinssaus og sprøstekte mandelpoteter

Ca. 2 kg. lammelår
Salt og nykvernet, sort pepper
Smør og olivenolje til steking
1 ts tørket timian
1 ts tørket merian
1 ts tørket oregano
4 poteter + poteter til steking
2 gulrøtter
1 fennikel
200 g champignon

4 sjalottløk
1 ss olivenolje
5 dl rødvin
8 dl mørk kraft
40 g smør
Evt. Litt maisenna

Skjær ut nøkkelbenet, eller få slakteren til å gjøre det for deg.

Krydre låret med salt og nykvernet, sort pepper. Brun det godt på begge sider i smøret i en stekepanne.

Bland krydderne og vend det stekte låret i blandingen.

Skjær poteter og gulrøtter i skiver, fennikelen i grove strimler og soppen i store biter.

Vend grønnsakene og soppen i stekepannen med olivenolje. Krydre med salt og pepper.

Legg grønnsakene over i en langpanne. Legg låret på grønnsaksengen. Stek det i ovnen på 180°C i ca. 1 time og 30 minutter (eller mer hvis nødvendig).

Hakk sjalottløken. Fres den i olivenolje. Tilsett rødvin og kok inn til en fjerdefel. Spe med kraft og kok inn til det halve.

Smak til med salt og pepper. Rør inn smøret like før servering. Virker sausen for tynn, kan den jevnes med litt maisenna.

Vask og skjær potetene i skiver. Fres så litt hvitløk i pannen før du sprøsteker potetene. Ikke ta for mange om gangen. Smak til med pepper og salt.

La det ferdigstekte låret hvile under folie i ca. 10 minutter før servering. Varm det i ovnen i 2 minutter rett før servering.

Drikke

Baron de Ley Fince Monasterio 2006