



Lammeintopf mit grünen Bohnen

4 Portionen

4-6 Lammhachsen

750 g Brechbohnen oder Schnittbohnen

750 g Kartoffeln

4 Zehen Knoblauch

Salz

Pfeffer

Bohnenkraut

Bohnen putzen (Schnittbohnen klein schneiden)

Kartoffeln schälen und in Würfel schneiden

Knoblauch pellen und fein würfeln

Die Lammhachsen in einen Topf geben, in dem sie möglichst nebeneinander liegen. Mit Wasser eben bedecken, Salz zugeben und ca. 60 - 90 Min. kochen. Das Fleisch muss sich ganz leicht vom Knochen lösen. Hachsen herausnehmen und etwas abkühlen lassen. Bohnen und Knoblauch in die Brühe geben und ca. 20 Min. kochen. Dann die Kartoffeln zugeben und weitere 15 Min. kochen. In der Zwischenzeit das Fleisch von den Knochen lösen, Sehnen und Fett entfernen und das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Das Fleisch wieder in den Topf geben, bei Bedarf noch etwas kochen, mit Bohnenkraut, Salz und reichlich Pfeffer abschmecken.

Man kann außerdem Tomaten oder Tomatenmark oder auch von beidem etwas zugeben.

Getränk: Bier oder ein leichter Rotwein.