



Lammeintopf mit grünen Bohnen

Man nehme für 6 Portionen:

2 kg (4-6 Stück) Lammhachsen	in Salzwasser (9 g/l) ca. 90 Minuten kochen, herausnehmen, Brühe sieben
750 g Brech- oder Schnittbohnen	putzen und in Stücke schneiden
750 g Kartoffeln	schälen, würfeln
4 Knoblauchzehen	halbieren, pellen, den Keim entfernen, in Scheiben schneiden
4 Zwiebeln	halbieren, pellen, grob würfeln
Bohnenkraut	
Salz	
schwarzen Pfeffer aus der Mühle	
Tomatenmark	
etwas neutrales Öl	

- Öl in einem Topf erhitzen und Knoblauch und Zwiebeln darin andünsten. 2 Liter von der Brühe, die Bohnen und Bohnenkraut zugeben und ca. 20 Minuten garen. Kartoffeln zugeben und weitere 15 Minuten kochen.
- Währenddessen das Lammfleisch von den Knochen lösen, Sehnen und Fett entfernen. Das Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden.
- Fleisch zum Gemüse geben und alles mit Salz, reichlich Pfeffer und etwas Tomatenmark abschmecken.

Dazu: nach Belieben Bier oder Wein...