



ZIEGENKEULE MIT SAFRAN UND APRIKOSEN



Für 4 Personen

ZUTATEN

1 Ziegenkeule, ca 1 kg
6-8 getrocknete Aprikosen
4 Thymianzweige
1 g Safran
2 frische Knoblauchzehen
½ L Weißwein
200 ml Gemüse- oder Fleischbrühe
neutrales Öl
Salz
frisch gemahlener, schwarzer
Pfeffer
1 Lorbeerblatt

ZUBEREITUNG

Zimmerwarme Ziegenkeule in neutralem Öl anbraten, bis sie von allen Seiten gebräunt ist.

Aprikosen, Thymian, geschälten Knoblauch und Safran in eine Schüssel geben und in Wein einweichen.

Keule in einem Bräter bei 160°C CircoTherm® Heißluft und mittlerer Dampfzugabe in den vorgeheizten Backofen geben.

Das Fleischstück alle zehn Minuten mit der Flüssigkeit und den Kräutern begießen. Nach 30 Minuten wenden und die Garflüssigkeit über der Keule verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Nach einer Stunde den Backofen ausschalten und den Braten zehn Minuten ruhen lassen.

Der Fond ergibt zusammen mit den Aprikosen und dem Safran eine wunderbare Sauce.

Zu dem Braten schmeckt ein Kartoffel-Safran-Knoblauch-Püree besonders gut.