

Toettchen

Diät ist Mord am ungegessenen Knödel!
Wiglaf Droste



Welsh Cawl

Zutaten

1-1,5 kg walisisches Lamm. Das Stück vom Hals ist dafür ausgezeichnet. Sollten Sie kein Lamm bekommen eignet sich auch Rindfleisch zu diesem Eintopf.

1 große Zwiebel, in Scheiben geschnitten

3 Stangen Lauch

2 mittelgroße Möhren

1 mittelgroße Pastinaken

1 kleine Steckrüben oder 2 weiße Rübchen

2 Esslöffel gehackte Petersilie

6 kleine Kartoffeln

Sellerie

Salz und Pfeffer

2 Liter Wasser

Alle Sorten Kohl, die die Saison bietet, können verwendet werden.

Zubereitung

Schneiden Sie so viel Fett wie möglich vom Fleisch ab

Mit kaltem Wasser bedecken, salzen und pfeffern, zum Kochen bringen, langsam für 1 Stunde köcheln lassen.

Abkühlen lassen (am besten über Nacht) und alles Fett abschöpfen

Außer die Kartoffeln, Lauch und Petersilie alles Gemüse in die Brühe geben.

Zugedeckt sehr langsam für 1 Stunde köcheln, dann fügen Sie die halbierten Kartoffeln und weiter 30 Minuten kochen.

Jetzt kommen noch der Lauch und die Petersilie hinzu und kurz gar ziehen lassen. Abschmecken und servieren.