

Lammehals i stegesø

1kg Lammehals i skiver
15-20 cherry Tomater
3-5 Gulerødder
4-5 Hvidløg (8-10 fed)
4-5 løg
5-10 Soltørrede tomater
1 ds. Hakkede tomater
5 dl. Kalve eller Oksefond
1 tsk. Tørret Timian
1 tsk. Tørret Roamarin
Salt og Peber



1. Løg og Hvidløg skæres i tern og steges på panden
2. Gulerødder skæres i skiver og soltørrede tomater i mindre stykker
3. Gulerødder, Cherry tomater, soltørrede tomater og hakkede tomater kommer i stegesoen og blandes sammen
4. Kødet krydres med salt og peber. Steges på begge sider til de får lidt farve (1-2 min.)
5. Kødet lægges ovenpå grønsagerne i stegesoen
6. Løg/hvidløgsblanding fordeles oven på kødet og de tørrede krydderier drysses over.
7. Stegesoen sættes i en kold ovn. Steges ved 160grader i 5 timer

