# Lammhaxen mit getrockneten Aprikosen

Gesamtzeit: 3 h

Aktivzeit: 30 min

Einfach



## Zutaten

für 4 Personen

| | |
|---|---|
| **4** | Haxen vom Schweizer Lamm à je ca. 350 g |
| **2 EL** | HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl* |
| | Salz |
| | Pfeffer aus der Mühle |
| **200 g** | Schalotten |
| **2** | Knoblauchzehen |
| **0.5 Bund** | Thymian |
| **0.5 TL** | Kreuzkümmel, gemahlen |
| **3 dl** | trockener Weisswein |
| **3 dl** | Hühnerbouillon |
| **240 g** | Basmatireis |
| **80 g** | getrocknete Aprikosen |
| **1 EL** | Zucker |
| **30 g** | Butter |
| **6** | Kardamomkapseln |
| **40 g** | Rosinen |

## Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

| | |
|---|---|
| **817** | kcal |
| **57 g** | Eiweiss |
| **75 g** | Kohlenhydrate |
| **26 g** | Fett |

Glutenfrei

Laktosefrei

### Ideal für Gäste

Lässt sich gut vorbereiten und schmeckt aufgewärmt sogar noch besser.

## Zubereitung

1. Ofen auf 160 °C Ober- und Unterhitze (nicht Umluft!) vorheizen.

2. Lammhaxen in einem Bräter im heissen Öl rundherum 4–5 Minuten knusprig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Schalotten und Knoblauch schälen, je nach Grösse halbieren oder vierteln und zu den Lammhaxen geben, kurz andünsten. Thymian und Kreuzkümmel zugeben, mit Weisswein und Bouillon ablöschen.

3 Bräter mit dem Deckel verschliessen, in die Mitte des Ofens geben und ca. 2 Stunden schmoren lassen. Dabei die Haxen einmal wenden.

4 In der Zwischenzeit den Reis nach Packungsanweisung garen. Abkühlen lassen.

5 Nach ca. 2 Stunden Aprikosen und Zucker zum Fleisch geben und nochmals 20–30 Minuten ohne Deckel garen, bis die Lammhaxen zart sind.

6 Butter in einer grossen Pfanne schmelzen lassen, den Reis darin knusprig braten, mit Salz und zerstossenen Kardamomkapseln würzen. Rosinen zugeben, kurz erwärmen und alles zusammen auf vorgewärmten Tellern servieren.