

Geschmorte Ziegenschulter mit Kartoffelstampf

Zutaten für das Fleisch (für 4 Personen):

- 1 kg Ziegenschulter
- 2 EL Rapsöl
- Salz
- Pfeffer
- 2 Prisen Fenchelsamen
- 2 Auberginen
- 2 TL getrocknete Kräuter der Provence
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- 4 Scheibchen Ingwer
- 2 Zwiebeln
- 2 Karotten
- 1 Knolle Knoblauch
- 1 TL Zucker
- 2 Zucchini
- 2 große Tomaten
- 200 ml Weißwein
- 500 ml Gemüsebrühe
- 2 EL Johannisbeer-Gelee
- 100 g fester Ziegenkäse

Den Fettdeckel von der Schulter abschneiden, restliche Fettschichten und Knochen im Fleisch belassen. Ziegenfleisch in große Stücke teilen, in einen Bräter geben und in Rapsöl bei mittlerer Hitze anbraten. Salzen und pfeffern und die Fenchelsamen auf den Braten streuen. Sobald die Ziegenschulter Röstaromen entwickelt hat, herausnehmen und beiseitestellen.

Auberginen in Stücke schneiden und in einer Pfanne mit wenig Oliven- oder Rapsöl leicht anbraten. Auberginen nehmen schnell zu viel Fett auf, deshalb das Öl zurückhaltend dosieren. Kräuter der Provence und frischen Rosmarin dazugeben.

Ingwer, Zwiebeln und Karotten putzen, kleinschneiden und in den Bräter mit dem Restsud geben. Knoblauchknolle ebenfalls hineingeben. Zucker hinzufügen und den Fond karamellisieren. Zucchini in Stücke schneiden, Tomaten vierteln und den Strunk jeweils entfernen. Beides zusammen mit den vorgebratenen Auberginenstücken in den Bräter geben.

Das angebratene Fleisch auf das Gemüse setzen und Weißwein (Burgunder oder Riesling) und Gemüsebrühe angießen, bis das Fleisch bedeckt ist. Je nach Größe der Fleischstücke etwa 75 Minuten bei schwacher Hitze mit geschlossenem Deckel schmoren. Zum Schluss das Johannisbeer-Gelee einrühren und den gehobelten Ziegenkäse unterheben.

Ziegenfleisch vom Knochen lösen und mit Gemüse und Fond auf Teller geben. Den Stampf separat dazu servieren.

Zutaten für den Kartoffelstampf:

- 400 g Kartoffeln
- 1 Schuss Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- Muskat

Kartoffeln schälen, in Salzwasser kochen und abgießen, das Kochwasser dabei auffangen. Kartoffeln mit 1 Schuss Olivenöl beträufeln und grob stampfen. Das Kochwasser nach und nach zum Stampf geben, bis eine sämige Konsistenz entsteht.

Abschließend mit etwas Olivenöl verfeinern und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Sendung/Quelle: Sass: Gutes aus dem Norden

Sendetermin: 28.08.2022

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen