

Zubereitungsempfehlungen Ostern

Metzgerei Bode

Lammkeule

- Backofen auf 160–180 °C (Umluft 150–160 °C) vorheizen.
- Lammkeule rundherum anbraten oder direkt in einen Bräter legen.
- Mit etwas Öl einreiben und nach Geschmack würzen, z. B. mit Bärlauch, Rosmarin oder Knoblauch.
- Im Ofen ca. 1,5–2 Stunden garen, je nach Größe.
- Während des Garens regelmäßig mit Bratensaft übergießen.
- Kerntemperatur: 58–62 °C rosa, 65–70 °C durchgegart.
- Nach dem Garen ca. 10 Minuten ruhen lassen, dann aufschneiden.
- Tipp: Mit etwas Gemüse und Brühe im Bräter wird der Braten besonders saftig und ergibt gleichzeitig eine schöne Soße.

Lammrücken

- Backofen auf 120–140 °C vorheizen.
- Lammrücken salzen und in einer heißen Pfanne von allen Seiten kurz scharf anbraten.
- Anschließend im Ofen schonend garen: ca. 15–25 Minuten, je nach Dicke.
- Kerntemperatur: 54–56 °C rosa, 58–60 °C medium.
- Nach dem Garen ca. 5 Minuten ruhen lassen, dann aufschneiden.
- Tipp: Mit Rosmarin, Knoblauch und etwas Butter verfeinern.

Kalbsrollbraten vom Rücken

- Backofen auf 160–180 °C vorheizen.
- Kalbsrollbraten von allen Seiten kräftig anbraten, anschließend in einen Bräter legen.
- Mit etwas Flüssigkeit wie Brühe oder Weißwein angießen und nach Geschmack würzen.
- Im Ofen ca. 60–90 Minuten garen, je nach Größe.
- Während des Garens regelmäßig mit Bratensaft übergießen.
- Kerntemperatur: 60–65 °C saftig, 65–70 °C durchgegart.
- Nach dem Garen ca. 10 Minuten ruhen lassen, dann aufschneiden.
- Tipp: Mit Wurzelgemüse im Bräter entsteht eine kräftige, aromatische Soße.

Rinderfilet im Kräutermantel

- Backofen auf 120–140 °C vorheizen.
- Rinderfilet im Backpapier belassen und auf ein Blech oder in eine Form legen.
- Im Ofen schonend garen: ca. 25–40 Minuten, je nach Größe.
- Kerntemperatur: 52–54 °C rare, 55–58 °C medium, 60 °C durchgegart.
- Nach dem Garen Backpapier öffnen und das Fleisch ca. 5–10 Minuten ruhen lassen.
- Optional: Für eine schöne Kruste das Filet nach dem Garen kurz in der heißen Pfanne oder unter dem Grill anrösten.
- Tipp: Durch das Backpapier bleibt das Filet besonders saftig und die Kräuter behalten ihr volles Aroma.

Rinderrollbraten „Hausfrauen Art“

- Backofen auf 160 °C vorheizen.

- Rinderrollbraten in einem Bräter von allen Seiten kräftig anbraten.
- Wurzelgemüse wie Zwiebeln, Karotten und Sellerie zugeben und mitrösten.
- Mit Brühe oder Rotwein ablöschen.
- Braten mit Deckel im Ofen schmoren lassen: ca. 2–2,5 Stunden, je nach Größe.
- Der Braten sollte dabei zu etwa einem Drittel in Flüssigkeit liegen.
- Zwischendurch wenden und bei Bedarf Flüssigkeit nachgießen.
- Kerntemperatur: ca. 85–90 °C für butterweich geschmortes Fleisch.
- Nach dem Garen kurz ruhen lassen, dann aufschneiden.
- Tipp: Die Soße durch ein Sieb passieren oder das Gemüse fein pürieren.

Schweinelende im Speckmantel

- Backofen auf 160–180 °C vorheizen.
- Schweinelende in einer heißen Pfanne rundherum kurz anbraten, damit der Speck Farbe bekommt.
- Anschließend in den Ofen geben und ca. 20–30 Minuten garen, je nach Größe.
- Kerntemperatur: 60–62 °C saftig, 65 °C durchgegart.
- Nach dem Garen ca. 5–10 Minuten ruhen lassen, dann aufschneiden.
- Tipp: Für extra Röstaromen am Ende kurz bei hoher Hitze oder unter dem Grill nachbräunen.

Krustenbraten vom Schweinerücken

- Backofen auf 185 °C vorheizen.
- Braten mit der Schwarte nach unten in einen Bräter legen, etwas Flüssigkeit angießen und mit Deckel ca. 1 Stunde garen.
- Anschließend Braten herausnehmen, Schwarte rautenförmig einschneiden und gut salzen.
- Braten wieder in den Ofen geben, jetzt mit der Schwarte nach oben und ohne Deckel ca. 1 Stunde bei 195 °C weitergaren.
- Für extra Kruste am Ende bei Bedarf kurz die Temperatur erhöhen oder die Grillfunktion nutzen.
- Kerntemperatur: 70–75 °C saftig und durchgegart.
- Nach dem Garen ca. 10 Minuten ruhen lassen, dann aufschneiden.
- Tipp: Die Schwarte muss am Ende trocken sein, dann wird sie besonders knusprig.

Spargel-Involtini vom Schwein

- Backofen auf 160–180 °C vorheizen.
- Involtini in einer heißen Pfanne von allen Seiten kurz anbraten.
- Anschließend in eine Auflaufform oder einen Bräter legen und im Ofen ca. 20–30 Minuten garen, je nach Größe.
- Kerntemperatur: 65–70 °C saftig und durchgegart.
- Nach dem Garen ca. 5 Minuten ruhen lassen, dann servieren.
- Tipp: Mit etwas Brühe oder Sahne in der Form bleibt das Fleisch besonders saftig und ergibt gleichzeitig eine feine Soße.

Schweinelende im Schweinenetz mit Hackfleisch und grünem Spargel

- Backofen auf 185 °C vorheizen.
- Schweinelende ohne Anbraten in einen Bräter oder auf ein Blech legen.
- Im Ofen ca. 1 Stunde bei 185 °C garen.
- Kerntemperatur: 68–72 °C durchgegart.
- Nach dem Garen ca. 5–10 Minuten ruhen lassen, dann aufschneiden.
- Tipp: Etwas Brühe in den Bräter geben, damit das Fleisch saftig bleibt und sich eine schöne Soße bildet.

Gefüllte Hähnchenbrust mit getrockneten Tomaten und Pecorino

- Backofen auf 180 °C vorheizen.
- Hähnchenbrust im Backpapier belassen und auf ein Blech oder in eine Auflaufform legen.
- Im Ofen ca. 25–35 Minuten garen, je nach Größe.
- Kerntemperatur: 72–75 °C durchgegart.
- Nach dem Garen Backpapier öffnen und ca. 5 Minuten ruhen lassen, dann servieren.
- Tipp: Durch das Backpapier bleibt das Fleisch besonders saftig und die Aromen entfalten sich optimal.

Maishähnchen im Bratschlauch (ca. 1,6 kg)

- Backofen auf 180 °C vorheizen.
- Maishähnchen im Bratschlauch auf ein Blech oder in eine Auflaufform legen.
- Im Ofen ca. 75–90 Minuten garen, je nach Ofenleistung.
- Für eine knusprige Haut den Bratschlauch in den letzten 10–15 Minuten öffnen und die Temperatur bei Bedarf auf 200 °C erhöhen.
- Kerntemperatur: 75–80 °C durchgegart.
- Nach dem Garen ca. 5–10 Minuten ruhen lassen, dann tranchieren.
- Tipp: Mit etwas Gemüse im Bratschlauch entsteht gleichzeitig eine aromatische Beilage und ein schöner Bratensaft.