

Irischer Eintopf

Cuisine: **English**
Food category: **Lamb/Mutton**



Author: **Phil Smith**

Company: **Retigo**



Program steps

Preheating:

210 °C

1	Hot air	0 %	Termination by time	00:10 hh:mm	200 °C	100 %	
2	Combination	80 %	Termination by time	04:00 hh:mm	140 °C	60 %	

Ingredients - number of portions - 8		
Name	Value	Unit
Lamb neck fillet	500	g
flour	20	g
olive oil	5	ml
white onion	2	pcs
potatoes	400	g
Chantenay Carrots	300	g
Lamb Stock	750	l

Nutrition and allergens

Allergens:
Minerals: Ca, Cr, Cu, F, Fe, I, K, Mg, Mn, Na, P, Se, Zn
Vitamins: A, B, C, D, E, K, Kyselina listová

Nutritional value of one portion	Value
Energy	416 kJ
Carbohydrate	12.6 g
Fat	2.9 g
Protein	13.3 g
Water	0 g

Directions

Stellen Sie einen tiefen G/N-Behälter (mindestens 200 ml) mit dem Olivenöl in den Ofen und heizen Sie den Ofen vor. Während der Kombidämpfewr vorgeheizt wird, legen sie die Lammwürfel in das gewürzte Mehl, schütteln sie überschüssiges Mehl ab. Geben sie das Lammfleisch in das heiße Öl und braten sie es scharf an. Anschließend alle anderen Zutaten hinzu geben und mit Lammfond aufgießen. und für etwa 4 Stunden schmoren lassen.

Während des Kochens gelegentlich umrühren

Recommended accessories



GN container Stainless
steel full