



Landschaft schmeckt

Donau-Rieser Lamm-Kochbuch



Mit Rezepten für Ziegen und Gallowayrinder von der Heide

LIFE+ Natur-Projekt „Heide-Allianz: Biologische Vielfalt und Biotopverbund im Nördlinger Ries und Wörnitztal“:

Die Europäische Union hat das Nördlinger Ries mit dem Wörnitztal als eine der Regionen ausgewählt, in denen sie sich mit ihrem Förderprogramm LIFE+ Natur besonders engagiert. LIFE ist die Abkürzung für „l'instrument financier pour l'environnement“ und bedeutet: „Finanzierungsinstrument für die Umwelt“.

Die Fördermittel aus dem Programm LIFE+ Natur fließen nur in Gebiete des europäischen Schutzgebietsnetzes „Natura 2000“, das dadurch stabilisiert und unterstützt werden soll.

Das Schutzgebietsnetz Natura 2000 besteht aus FFH- und Vogelschutzgebieten. In den FFH-Gebieten werden europaweit bedeutsame, seltene Tiere (Fauna) und Pflanzen (Flora) sowie wertvolle Lebensräume (Habitats) geschützt, in den Vogelschutzgebieten europaweit bedeutsame Vogelarten. Ziel des Netzwerks „Natura 2000“ ist die Erhaltung der biologischen Vielfalt in Europa.

Naturschutz und Genuss verbinden sich aufs Innigste. **Natura 2000 schmeckt!**

Heide-Allianz Donau-Ries:

Die Heide-Allianz Donau-Ries ist eine Kooperationsgemeinschaft von Landkreis Donau-Ries, Bund Naturschutz e.V. Kreisgruppe Donau-Ries, Rieser Naturschutzverein e.V. und Schutzgemeinschaft Wemdingen Ried e.V.

Inhaltsverzeichnis

4 Vorwort

9 Rezepte

Vorspeise

10 Weißkraut-Lammschnitte

Innereien & Co

11 Lammleberrouladen

12 Lammleber Sardisch oder Berliner Art

13 Lammrolle

Eintopf

14 Irish Stew

15 Spanischer Lammtopf mit Paprika

16 Lammcurry mit Ananas

Zwischengericht

17 Lamm-Wirsing-Roulade auf gewürfelten Meerrettich- Rahmkartoffeln

Hauptgericht

18 Lammpastete mit Sauce Cumberland

19 Gefüllte Lammrolle

19 Chilipfanne

20 Fleischküchle oder Cevapcici vom Lamm

21 Lamm auf dem Grill

22 Lamm-Gyros mit Tsatsiki

23 Lammkeule mit Kartoffeln

Hauptgericht

24 Lammkeule klassisch

24 Österreichischer Schöpsenschlegel

25 Lammkeule mit Wildkräuterfüllung, Herzoginnenkartoffeln und Rote-Beete-Gratin

26 Lammkeule mit Roquefort

27 Lammbraten nach Weidmannsart

28 Lammfleisch mit Zitronensauce

29 Lammrückenfilet mit Bulgursalat

30 Lammschulter aus dem Ofen

31 Lammschulter mit Kruste

32 Bohnensalat mit Lamm

Hauptgericht von der Ziege

33 Ziegenspieße

34 Ziegencurry

Hauptgericht vom Gallowayrind

35 Tafelspitz vom Galloway mit Meerrettichsauce

36 Roastbeef vom Galloway

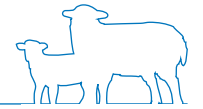
Ostermenü

37 Kräftige Suppe vom Lamm mit Lammstrudel, Lammschöberl und Lammcroutons

38 Lammkeule mit Kartoffelküchlein und Bohnen im Speckmantel

39 Rhabarber-Eis-Parfait auf Erdbeer- spiegel und Schokoladensahne

40 Adressen von Direktvermarktern



Warum dieses Kochbuch?

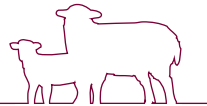
Die Schafbeweidung prägt den Landkreis Donau-Ries, insbesondere den Riesrand aber auch die Monheimer Alb, ganz entscheidend. Ohne Schafbeweidung können Wacholderheiden und Magerrasen nicht erhalten werden. Schafe und andere Weidetiere wie Ziegen oder Galloways sind aber nicht nur wertvolle Landschaftspfleger, sondern sie liefern auch hervorragendes Fleisch. Oftmals ist das Wissen, wie ein Lamm zuzubereiten ist, verloren gegangen oder man traut sich nicht so recht an die Zubereitung. Vorurteile wie „es bockelt“ sind immer wieder zu hören. Wer Lammfleisch einmal richtig zubereitet probiert hat, überdenkt diese Ansicht und wird abermals danach verlangen.

Um den ersten Schritt einfacher zu machen, bringt die Heide-Allianz dieses Kochbuch mit Rezepten aus dem Landkreis Donau-Ries heraus. Es sind bewährte Rezepte, empfohlen von Hausfrauen und Hausmännern, Köchen (ob Profi oder Hobbykoch), Tierhaltern oder Lammgenießern. Dabei steht nicht nur der bekannte Lammrücken im Vordergrund, sondern es werden auch Rezepte für die weniger bekannten Teile des Tieres und auch für die Innereien vorgestellt. Schließlich soll das gesamte Tier Verwendung finden, nicht nur die Edelteile. Und selbstverständlich sind auch die passenden Beilagen wichtig.

Auf den Magerrasen weiden aber auch andere Tiere: Ziegen und Galloway-Rinder. Alle großen Schafbetriebe am Riesrand führen in den Schafherden auch Ziegen mit auf die Weiden.

Das Kochbuch wurde im Rahmen des LIFE+ Natur-Projektes Heide-Allianz Donau-Ries geschrieben, das zu 50% von der EU gefördert wird und auf den Erhalt der Magerrasen abzielt.

Neben den reinen Rezepten mit Mengenangaben, der Beschreibung der Zubereitungszeiten und der Zubereitungsart, finden Sie interessante Geschichten rund um das Gericht, also für welche Anlässe sich das Gericht eignet, Anekdoten, Erfahrungen mit dem Gericht, besondere Tipps.



Die Heide-Allianz ist Mitglied im Geopark Ries kulinarisch – ein Vorzeigeprojekt mit nationaler Bedeutung. In der Zusammenarbeit von Erzeugern und Gastronomen unter der Marke Geopark Ries kulinarisch steht der regionaltypische Genuss im Fokus. Der Gast findet in ausgewählten Restaurants die ureigene Küche sowie Gerichte mit regionalen Produkten auf der Speisekarte.

Donau-Rieser Heide-Lamm

Das Donau-Rieser Heide-Lamm: Die optimalen Weidebedingungen und der Verzicht auf Wachstumshormone garantieren einen extramilden Geschmack und eine konstant gute Qualität. Lammfleisch steht für Hochgenuss. Das saftige, hellrote Fleisch ist zart und aromatisch und überzeugt durch seine Vielfalt. Durch die Kräutervielfalt der Magerrasen, genannt seien hier Thymian und Origanum, bekommt das Lamm – zunächst durch die Muttermilch, dann selbst grasend oder über das Heu – seinen besonders feinen, mild-würzigen Geschmack.

Wacholder:

Stachelig steht er auf den Heiden, denen er seinen Namen gegeben hat, der Wacholder. Selbst die Ziegen knabbern ältere Exemplare nicht an. Was viele nicht wissen: der Wacholder zählte zu den wichtigsten Heilpflanzen, der bei höchster Ansteckungsgefahr, bei Rheuma, Hautauschlag und Blasenentzündung eingesetzt wurde. Die erbsengroßen, kugeligen Wacholderbeeren schmecken aromatisch würzig, bittersüß. Sie verfeinern Sauerkraut und machen deftige Wildgerichte bekömmlicher. Für ein besonders intensives Aroma können Wacholderbeeren in der Mühle zermahlen oder im Mörser zerstoßen werden.

In den Raunächten um den Jahreswechsel wurde mit Wacholder Haus und Stall ausgeräuchert. Das brachte Segen für das nächste Jahr und alles Unheil war gebannt.

Es gibt weibliche Wacholderbüsche, die dann auch die Beeren tragen, und männliche Wacholderbüsche. Die Form des Wacholders sagt übrigens nichts über das Geschlecht aus. Ob als säulenförmiger Baum mit bis zu 10 m Höhe oder gedungen und weit ausladend, der Wacholder gedeiht in jeder Form und kann steinalt werden. 500 Jahre und mehr schafft er leicht.

Der Wacholder ist sehr lichtbedürftig. Er wächst auf den sogenannten Wacholderheiden. Steht der Wacholder in zu großer Anzahl und Dichte auf der Heide, behindert er jedoch die Beweidung und gefährdet so die sehr große Artenvielfalt.



So gesund

Lammfleisch bringt jedoch nicht nur eine geschmackliche Abwechslung, es liefert auch wertvolle Inhaltsstoffe. Lammfleisch ist viel magerer, als die meisten denken: 100 g Muskelfleisch enthalten beispielsweise nur 3,7 g Fett. Lammfleisch kann noch mehr bieten und versorgt den Körper mit Eiweiß. In 100 g Lammfleisch (Keule) stecken ca. 18 g Eiweiß. Dieses Fleischeiweiß, genauer gesagt die darin enthaltenen so genannten essentiellen Aminosäuren, kann der Körper fast vollständig in körpereigenes Eiweiß umwandeln. Eine noch höhere Ausbeute erzielt man allerdings, wenn man tierisches und pflanzliches Eiweiß miteinander kombiniert, z.B. leckeren Lammbraten und Bohnengemüse.

Vom Nacken bis zur Keule gesunder Genuss: Lamm enthält viele wichtige Mineralstoffe, vor allem Eisen, Zink – wichtig für die Zell- und Blutbildung, Stärkung der Abwehrkräfte, Energiegewinnung sowie für das Nervensystem; außerdem die Vitamine A, C, D, K und die der B-Gruppe wie B2, B12 und Niacin. Vitamin B12 kommt fast ausschließlich in tierischen Produkten vor. Es ist von großer Bedeutung für die Blutbildung.

Gleichzeitig steckt nur wenig Fett und Cholesterin im Lammfleisch: 100 Gramm enthalten gerade mal 53 Milligramm Cholesterin – fast wie bei Speisefischen.

Artenvielfalt:

*Auf den Magerrasen und Wacholderheiden wachsen viele seltene und gefährdete Pflanzenarten, im Landkreis Donau-Ries allein 5 vom Aussterben bedrohte Pflanzenarten. Zu den Magerrasen der Heiden zählen einige besonders schön blühende und attraktive Arten. Machen Sie sich selbst ein Bild von **Küchenschellen**, **Bienen-Ragwurz**, **Kleinem Knabenkraut**, **Silberdistel** und **Frühlingsenzian**.*



Regionaler Genuss

4,5 % des Schaf- und Ziegenfleisches der EU-Produktion stammt aus Deutschland. Der Pro-Kopf-Verbrauch in der EU liegt bei 3,4 kg. In Deutschland wird unterdurchschnittlich wenig Lammfleisch verzehrt, man kann von derzeit etwa 1 kg Lammfleisch pro Person und Jahr ausgehen, in Frankreich sind es immerhin 5 kg, in Spanien und Großbritannien über 6 kg. Spitzenreiter sind die Griechen mit einem Konsum von über 13 kg pro Kopf.

Gerade in den klassischen Urlaubsländern der Deutschen spielt das Lammfleisch eine große Rolle und wird dann auch gerne gegessen. Holen Sie sich Ihr Urlaubsgericht auf den heimischen Tisch. Der Hauptteil des in Deutschland verzehrten Schaffleisches stammt aus Neuseeland. Dort können die Schafe wegen der milden Winter ganzjährig im Freien grasen und das spart einfach Kosten. Auch deshalb leben mittlerweile 35 Millionen Schafe in Neuseeland – fast achtmal so viele wie Einwohner.

Wenn Sie Schaffleisch aus dem Landkreis Donau-Ries kaufen:

- Schonen Sie Ressourcen und fördern regionale Produkte (geringe Transportwege)
- Kaufen Sie beim Schäfer Ihres Vertrauens
- Unterstützen Sie die hiesige Landschaftspflege und damit den Erhalt Ihrer heimatlichen Kulturlandschaft in Ihrer Schönheit und Vielfalt.
- Unterstützen Sie eine extensive, tiergerechte und umweltschonende Nutztierhaltung, fernab von Massentierhaltung.

So vielseitig in der Küche

Am besten passen Herbstgemüse dazu. Kombinieren Sie Lammfleisch mit Rüben, Pilzen, Maronen, Kürbis. Auch eine leicht fruchtige Note unterstützt den kräftigen Geschmack. Hierfür eignen sich Pflaumen, Feigen, Cranberrys oder Äpfel.

Bedecken Sie frisches Fleisch mit einem feuchten Tuch, dann können Sie es zwei bis drei Tage im Kühlschrank aufbewahren. Ausnahmen sind Hackfleisch und Innereien, die sollten Sie noch am Tag des Kaufs verbrauchen.

Tiefgefrorenes Fleisch (in einer unversehrten Verpackung) hält sich im Gefrierschrank bis zu einem halben Jahr.

Die prägende Rasse: Merinolandschaf

Im Landkreis Donau-Ries ist das Merinolandschaf die vorherrschende Schafrasse. Seine Vorfahren sind die spanischen Merinoschafe, die für ihre feine Wolle weithin bekannt und begehrt waren. Das mittelgroße Merinolandschaf vereint viele gute Eigenschaften: es ist pferch- und marschfähig, sehr robust und hat gute mütterliche Eigenschaften. Es ist also ideal für die Hüteschäfferei, wo die Tiere oft weite Strecken zurücklegen müssen. Das Merinolandschaf ist eine alte Schafrasse, aber noch so häufig, dass es nicht auf der Liste der bedrohten Nutztierassen steht. Vor allem bei Hobby-Schafhaltern finden Sie eine hohe Rassenvielfalt wie Bergschafe, Heidschnucken, Schwarzköpfige Fleischschafe, Fuchsschafe, Gotland Pelzschafe, Herdwick oder das Tiroler Steinschaf.

Schafrasse, Haltung und Futter wirken sich deutlich auf den Geschmack des Fleisches aus. Je langsamer die Tiere gewachsen sind, je extensiver, artgerechter und naturnäher die Haltung der Tiere, desto zarter und schmackhafter das Fleisch.

Direktvermarktung – ein Beitrag zur Landschaftspflege

Rund die Hälfte des Verdienstes vieler Schäffereibetriebe stammen aus Geldern der Landschaftspflege – ohne diese Mittel könnte ein Schäffereibetrieb kaum mehr überleben. Dafür erhalten die Schäffereibetriebe die sehr artenreichen und bunt blühenden Magerrasen. Die Wolle hat in finanzieller Sicht an Bedeutung verloren, da die Schurkosten gerade eben mit dem niedrigen Wollpreis zu decken sind. Die zweite wichtige Einnahmequelle kann die Vermarktung des Fleisches sein.

Das LIFE+ Natur-Projekt:

Im Rahmen des LIFE+ Natur-Projektes (Laufzeit 2013 - 2018) soll auch die wirtschaftliche Grundlage für die Schäfferei gefestigt werden. Die Werbung für einen erhöhten Konsum von heimischem Lamm- und Ziegenfleisch ist ein Beitrag dazu. Probieren Sie auch Ziegenfleisch, das weniger bekannt, aber sehr schmackhaft ist. Die Ziegen verbeißen aufkommende Sträucher intensiv und spielen in der Erhaltung der Magerrasen eine zentrale Rolle.

Rezepte



Kleine Weißkraut-Lamm-Schnitte

Für den Blitzhefeteig:

400 g Mehl
220 g Butter
1 Becher Schmand
1 Päckchen Trockenhefe
1 Prise Salz

Für die Füllung:

300 g Weißkraut
500 g Lamm-Hackfleisch
250 g Rinderhackfleisch
Speck
1 Zwiebel
3 Eier
geriebener Käse
Weißwein
Salz, Pfeffer, Muskat,
Knoblauchpulver

Von Mehl, Schmand, Butter, Trockenhefe und einer Prise Salz einen Blitzhefeteig herstellen (der Teig eignet sich zur sofortigen Weiterverarbeitung).

In einem Topf fein geschnittenes Weißkraut mit Speck und Zwiebelwürfel anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Weißwein ablöschen und 5 Minuten schmoren. In einem anderen Topf das Lamm-Hackfleisch und das Rinderhackfleisch anschwitzen bis es bröselig ist. Dann mit dem Weißkraut vermengen und die Eier darunter mischen. Die Masse abschmecken mit Salz, Muskat, Pfeffer und Knoblauchpulver. Den Blitzhefeteig auf einem mit Backpapier belegten Backblech ausrollen und die Hackmasse einstreichen. Mit geriebenem Käse bestreuen und bei 180 Grad Umluft im Backrohr 40 Minuten backen. Kleine Stücke schneiden und warm servieren. Das Rezept ist geeignet für ein tiefes Backblech.

Empfohlen von: Der Club der Köche, Donau-Ries

Lammleberrouladen

4 große Leberscheiben
vom Lamm
1/2 l Milch
Knoblauchpulver
2 gestr. EL Parmesan
4 Scheiben
geräucherter Bauchspeck

Für den Eierteig:

4 gehäufte EL Mehl
Salz, Muskat
2 Eier
8 EL Milch
1 EL Öl

Für 4 Personen

Leberscheiben etwa 1 Stunde in Milch einlegen. Herausnehmen und abtupfen. Mit Knoblauchpulver und Parmesan bestreuen. Auf jede Leberscheibe eine Scheibe mit geräucherter Bauchspeck legen, aufrollen und mit einem Faden oder Zahnstocher fixieren. Aus Mehl, Eier, Salz und Milch einen glatten Teig rühren. Die Leberrouladen nacheinander darin eintauchen und im erhitzten Öl allseits knusprig ausbraten. Mit Pommes frites, Mischgemüse oder Salat servieren.

Empfohlen von: Hermann Rippl, Fremdingen-Schopflohe



Magerrasen-Spezialisten:

Die Pflanzenarten, die in den Magerrasen wachsen, kommen mit sehr wenig Wasser aus, beziehungsweise erschließen sich mit langen Wurzeln auch tiefliegende Wasservorräte. Sie schützen sich obendrein mit bitter oder unangenehm schmeckenden Inhaltsstoffen oder Dornen vor dem Fraß.

Lammleber Sardisch

1 Lammleber
Milch
Olivenöl
2 EL Balsamico
Mehl
trockenen Weißwein
Salz, Pfeffer und Honig

Für 4 Personen



Eine ganze Lammleber, über Nacht in Milch eingelegt, in 1 - 2 cm große Würfel schneiden, „Kanäle“ entfernen in Olivenöl anbraten, zurückschalten. Balsamico dazu, mit Mehl bestäuben. 1 Glas trockenen Weißwein angießen, salzen, pfeffern, evtl. 1 EL Honig! Ergibt eine sämige Sauce. Dazu Bratkartoffeln oder Rösti.

Für die Variation:

1 Lammleber
Milch
2 saure Äpfel
2 große Zwiebeln
12 Scheiben
Frühstücksspeck (Bacon)
Mehl
Rama oder Öl
Pfeffer, Salz,
Zitronensaft

Für 4 Personen

Variation Berliner Art:

Lammleber im Ganzen über Nacht in Milch einlegen, im Kühlschrank. Die Leber in möglichst flache, große Scheiben schneiden. „Kanäle“ entfernen (das geht am besten, wenn gefroren, mit der Maschine). Äpfel, Zwiebeln, Speck nacheinander in der Pfanne braten, jedes Mal die Pfanne danach mit Küchenkrepp auswischen, warm stellen. Die Leberscheiben ungewürzt in einem Teller voller Mehl wenden. Bei nicht zu großer Hitze in Rama oder Öl braten (ca. 5 Minuten) und mit frisch gemahlenem Pfeffer, Salz und -wichtig- Zitronensaft würzen. Die Leute müssen schon am Tisch sitzen – sofort servieren. Dazu reicht man frisches Baguette oder Bratkartoffeln. Lecker ist es auch, in Öl gebratene frische Salbeiblätter dazu zu essen.

Empfohlen von: Ina Kroczeck, Donauwörth

Lammrolle

1 Bauchlappen vom Lamm
1 EL Senf
2 Scheiben Toastbrot
1 EL Butter flüssig
100 g Frischkäse
1 Eigelb
1 Knoblauchzehe
2 EL Schnittlauch

Für die Soße:

1 Zwiebel
Wurzelwerk
Rosmarin
Salbei
Brotrinde
1/4 l Flüssigkeit
(Brühe, Wein)
zum Aufgießen

Für 4 Personen



Bauchlappen leicht waschen, flach auflegen, mit Pfeffer, Salz und Knoblauch würzen und mit Senf bestreichen. Toastbrot würfeln, flüssige Butter und Frischkäse darunter geben sowie Eigelb, Knoblauch, Schnittlauch und Basilikum. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf den ausgelegten Bauchlappen verteilen, fest aufrollen mit Bindfaden oder Rouladennadeln fixieren. In einem Bräter 20 g Fett oder Öl erhitzen, Fleisch einlegen und bei 180 Grad in der Röhre 1 1/2 Stunden braten. Fleisch aus der Soße nehmen, abdecken, ruhen lassen. Soße pürieren oder mit 1 EL Mehl binden. Bindfaden oder Rouladennadeln vom Fleisch entfernen, aufschneiden und anrichten. Dazu passt gut Kartoffelgratin mit Spinat und Speckbohnen.

*Empfohlen von: Ingeborg Amslinger, Nördlingen
Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AELF)*



Die Landwirtschaftsschule, Abteilung Hauswirtschaft, wird in Nördlingen in Teilzeitform geführt. Sie vermittelt praktische Fertigkeiten und breites Fachwissen in den Bereichen Hauswirtschaft, Familien- und Haushaltsmanagement. Nähere Informationen unter www.aelf-nd.bayern.de

Irish Stew

500 g Hammelnack
ohne Knochen
600 g Kartoffeln
300 g Zwiebeln
200 g Möhren
1 TL Salz
1/4 TL getrockneter Thymian
1/2 l heiße Geflügelbrühe
(instant)
2 EL gehackte Petersilie

Für 4 Personen

Das Fleisch von allem Fett und den Sehnen befreien, waschen und in gleich große Würfel schneiden. Die Kartoffeln schälen, waschen und in dicke Scheiben schneiden. Die Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Die Möhren schälen, waschen und in Scheiben schneiden. Den Backofen auf 175 Grad erhitzen. Den Boden eines Topfes oder einer feuerfesten Form mit Kartoffelscheiben belegen. Die Hälfte vom Hammelfleisch daraufgeben und darauf die Hälfte der Zwiebeln und der Möhren füllen. Alles mit dem Salz und dem Thymian bestreuen. Wieder Zwiebeln, Möhren, Kartoffeln und Fleisch in den Topf geben, die heiße Brühe dazugießen und den Eintopf zugedeckt im Backofen etwa 1 1/2 Stunden garen. Nach der Hälfte der Garzeit kontrollieren, ob noch genügend Flüssigkeit im Topf ist, nötigenfalls noch weitere heiße Geflügelbrühe oder Wasser zugießen. Die Kartoffeln dürfen bei diesem Eintopf etwas zerfallen und mit der Garflüssigkeit eine dicke Sauce bilden. Mit der Petersilie bestreut servieren.

Empfohlen von: Regine Ruf, Nördlingen

Spanischer Lammtopf mit Paprika

2 EL Olivenöl
350 g Lammfleisch
aus der Schulter
350 g Lammfleisch
aus der Keule
Salz, schwarzer Pfeffer,
2 - 3 EL Mehl
1 große Zwiebel
je 1/2 rote, grüne und
gelbe Paprikaschote
1/2 rote Chilischote
ohne Kerne
2 Knoblauchzehen
(die Spanier nehmen 4)
1 1/2 TL scharfes geräucher-
tes Paprikapulver
(Pimenton de la Vera)
je 1 TL gehackter
Thymian und Rosmarin
(am besten frisch)
1 Lorbeerblatt
200 ml trockener Weißwein
200 ml Fond
(am besten selbst
gemachten Lammfond)

Für 4 Personen

Das Lamm in etwa 1 1/2 cm große Würfel schneiden. Salzen und pfeffern und mit dem Mehl bestäuben. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch gut anbraten. Danach das Fleisch aus der Pfanne nehmen. Zwiebel und Paprikaschoten grob hacken und die Chilischote und den Knoblauch fein hacken. Zusammen in die Pfanne geben und braten bis alles fast weich ist. Falls nötig noch einen EL Olivenöl dazugeben. Das Paprikapulver dazugeben und kurz mitbraten, dann das Fleisch, das Lorbeerblatt, die Brühe und den Wein dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und das Ganze etwa 1 bis 1 1/2 Stunden auf niedrigster Temperatur schmoren bis das Fleisch ganz weich ist. Etwa 10 Minuten vor Garende die feingehackten Kräuter dazugeben. Am Schluss noch einmal abschmecken und eventuell 1 Prise Zucker dazugeben. Ich serviere das Lamm mit gekochten Kartoffeln oder nur mit Brot.

Empfohlen von: Hanna Geike, Nördlingen

Lammcurry mit Ananas

500 g Lammkeule
oder Nacken
1 Dose Ananaswürfel
1 große Zwiebel
5 EL Schmand
4 TL Curry
Salz, Pfeffer

Für 4 Personen

Fleisch in Würfel schneiden, Zwiebel würfeln, Ananas abtropfen lassen. Fleisch scharf anbraten, danach mit Curry, Pfeffer und Salz würzen. Zwiebel zugeben bis Zwiebel glasig sind, danach mit Ananassaft ablöschen und köcheln lassen bis Fleisch weich ist. Danach Ananaswürfel zugeben und mit Schmand leicht abbinden. Beilagen: Reis, Kartoffel, Kartoffelbrei und Salate der Saison

Variation:

Wird das Fleisch in feine Streifen geschnitten, kann man auch ein Wok-Gericht damit kochen. Dazu benötigt man zusätzlich: 150 g Karotten, 150 g Zucchini, 100 g Sellerie, 100 g Lauch oder ganz einfach fertiges Wokgemüse aus der Tiefkühltruhe. Gemüse nach Festigkeit im Wok anbraten, danach Fleisch anbraten und am Schluss Ananas zugeben mit Curry und Sojasoße würzen. Vor dem Servieren mit Schmandtupfern verzieren.

*Empfohlen von: Landschaftsführerin Karin Neupert,
Wechingen-Fessenheim*

Lamm-Wirsing-Roulade auf gewürfelten Meerrettich-Rahmkartoffeln

Für die Roulade:
250 g Lammrücken
200 g Kalbs- oder Lammbrät
6 Blatt Wirsing
Blätterteig
Eigelb
Salz, Pfeffer und
Knoblauchpulver

Für die Beilage:
Kartoffeln
Gemüsebrühe
Sahne
Meerrettich, Salz und
Muskat.

Für 8 Personen

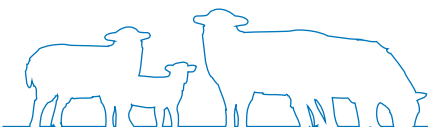
Wirsingblätter blanchieren, abkühlen und trocken tupfen. Blätterteig ausrollen und mit den Wirsingblättern belegen, leicht salzen und pfeffern, dann mit Kalbsbrät oder Lammbrät einstreichen. In einer Pfanne ausgelöst und abparierten Lammrücken auf beiden Seiten kurz anbraten, mit Salz, Pfeffer und Knoblauchpulver würzen. Ausgekühlt auf das Brät legen und oben auch noch mit Brät bestreichen. Dann alles zusammen zu einer Rolle formen. Die Wirsingrolle mit Eigelb bestreichen und im Backrohr bei 180 Grad (Ober- und Unterhitze) 30 Minuten backen.

Die Pellkartoffeln kernig kochen, auskühlen, dann in grobe Würfel schneiden und in einem Topf mit Gemüsebrühe übergießen so dass die Kartoffeln bedeckt sind. Die Kartoffeln jetzt aufkochen und mit flüssiger Sahne etwas andicken. Abschmecken mit Meerrettich, Salz und Muskat.

Empfohlen von: Der Club der Köche, Donau-Ries

Der Club der Köche Donau-Ries ist ein Berufsverband mit folgenden Zielen:

- Vertretung der Interessen des Berufsstandes
 - Förderung des Berufsnachwuchses
 - Abhalten von Spezialitäten-Kochkursen
 - Erstellen eines jährlichen Veranstaltungsprogrammes
 - Teilnahme an Messen und Ausstellungen
 - Imagepflege des Kochberufs mit Einbezug des Themas „Gesunde Ernährung“
 - Umweltgerechtes Arbeiten mit neuen Kochtechniken
 - Zusammenarbeit mit anderen Verbänden
 - Mitwirken an gastronomischen Aktivitäten im Landkreis Donau-Ries
- www.kochclub-donau-ries.de



Die Naturführerin Karin Neupert bietet hauptsächlich Kräuterwanderungen und bei Bedarf auch Heideführungen an. Telefon: 09085 4 999915 oder 0173 61 54 143

Lammpastete mit Sauce Cumberland

Für den Teig:

350 g Mehl
125 g Butter, eiskalt!
Dosenmilch
1 Ei
1 TL Salz
8 EL Wasser

Für die Füllung:

1 kg Lammfleisch
aus der Keule
600 g Lammleber
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
50 g Pistazien
1 Ei
Pfeffer, Salz
Je 1/2 TL Majoran und
fein gehackter Salbei

Für die Sauce Cumberland:

Senf
Johannisbeergelee
Saft einer halben Orange
Worcestershire
Salz und Pfeffer

Für 10 Personen



Aus Mehl, Butter, 2 EL Dosenmilch, 1 Ei Teig herstellen, eine Stunde kalt stellen. Fleisch in Stücken zweimal durch den Fleischwolf jagen, Zwiebeln, Knoblauch, Pistazien und Leber, 1 Ei, Salz, Pfeffer, Majoran und Salbei untermischen, deftig würzen. Dreiviertel des Teiges auf Mehl ausrollen und eine gefettete Kastenform von 30 cm damit auskleiden. Fleischteig einfüllen. Den restlichen Teig ausrollen, einen Deckel ausschneiden. Pastete damit bedecken, vorsichtig drei Plätzchen aus dem Deckel austechen, daneben kleben mit Eiweiß befestigen. Aus dem restlichen Teig zwei lange Streifen formen, zu einer Kordel wickeln, mit Eiweiß an den Rand der Pastete kleben. 1 Eigelb mit Dosenmilch verquirlen und die Pastete damit bepinseln. Bei 190 Grad 1 bis 1 1/2 Stunden backen. Probe mit einem Schaschlikspieß machen.

Senf und Johannisbeergelee 1:1 mischen, Saft einer halben Orange und 1 - 2 Schuss Worcestershire zufügen, nach eigenem Geschmack abschmecken (Salz, Pfeffer). Die Sauce sollte dicklich-sämig sein.

Empfohlen von: Ina Kroczeck, Donauwörth

Gefüllte Lammrolle

ca. 700 g Bauchlappen
Salz, Pfeffer
1 Knoblauchzehe
Senf
gehackte Kräuter
(viel Petersilie, etwas
Rosmarin und Thymian)
150 g gemischtes
Hackfleisch oder Brät
1 Ei
etwas Semmelbrösel
1 Zwiebel

Für 4 Personen

Die Häutchen vom Lammfleisch entfernen, mit der Fettseite nach unten auf die Arbeitsplatte legen. Die Innenseite mit Salz, Pfeffer, durchgepresstem Knoblauch und Senf einreiben. Gleichmäßig mit Kräutern überstreuen. Hackfleisch mit Ei, Semmelbrösel und Zwiebelwürfel mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Über die Kräuter verteilen und das Fleisch fest zusammenrollen. Mit Bindfaden umwickeln, die Enden fest verknoten. Den Rollbraten in einem Bräter anbraten und bei 180 Grad für eine Stunde im Backofen weiter braten. Dazu passt frisches Gemüse, Rosmarinkartoffel oder Kartoffelpüree.

Empfohlen von: Emma Hubel, Nördlingen

Chilipfanne

2 Bund Frühlingszwiebeln
2 rote und gelbe Paprika
2 EL Rapsöl
400 g Lammhack
2 Dosen Kidney Bohnen
2 Dosen Pizzatomaten
300 ml Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer und Chili

Für 4 Personen

Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen, in feine Ringe schneiden. Je eine rote und gelbe Paprika waschen und in Würfel schneiden. Das Rapsöl erhitzen, das Gemüse darin anbraten. Das Lammhack zufügen und 4 Minuten mitbraten. Die Kidney Bohnen in ein Sieb geben, gut waschen, hinzufügen. Die Pizzatomaten und Gemüsebrühe zum Hackfleisch geben. Mit Salz, Pfeffer und Chili würzen. 6 Minuten kochen lassen.

Empfohlen von: Landschaftsführerin Karin Neupert, Wechingen-Fessenheim

Fleischküchle vom Lamm

Für die Fleischmasse:

400 g Lammhackfleisch
100 g Semmelbrösel
(oder 2 Semmeln)
2 Eier
20 g Petersilie
1 kleine Zwiebel gewürfelt
Salz, Pfeffer oder
Cayennepfeffer
2 Knoblauchzehen
(nach Geschmack)

Für 4 Personen



Lammhackfleisch mit eingeweichter Semmel (sehr gut ausdrücken) oder Semmelbrösel, Eiern und Gewürzen gut abarbeiten. Zwiebel und Petersilie vorher andünsten. Fleischküchle aus dem Teig formen, auf feuchtes Brett legen und anschließend in Öl oder Fett ausbraten. Nach Belieben kann der Teig mit einer roten Paprika noch abgewandelt werden. Diese Fülle kann sehr gut auch als Fülle für einen Lammrollbraten verwendet werden. Lammhackfleisch kann beim Erzeuger gekauft werden.

Alternativ: Bauchlappen oder ähnliches durch den Fleischwolf drehen.

Empfohlen von: Ingeborg Amslinger, AELF, Nördlingen

Variation Cevapcici:

Hackfleischmasse herstellen. Mit Spritzbeutel ohne Tülle „Würste“ auf ein Brett drücken. Mit einem Messer oder Teigschaber ca. 5 cm lange Stücke abtrennen, evtl nachformen. In Öl scharf anbraten und dann langsam fertiggarren. Geht auch in der Fritteuse. Beilagen: Reis, Kartoffeln; Krautsalat oder Bohnengemüse.

*Empfohlen von: Landschaftsführerin Karin Neupert,
Wechingen-Fessenheim*

Lamm auf dem Grill

Für die Marinade mit Senf:

1 EL Olivenöl
1 EL Senf (Pulver)
1 TL Senf
Saft von einer halben Zitrone
Salz, Pfeffer

Für die Marinade mit Joghurt und Knoblauch:

2 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen gepresst
1 EL Zitronensaft
4 EL Joghurt
Salz, Pfeffer

Für die Marinade mit Kräutern:

2 EL Olivenöl
1 EL Zitronensaft
1 EL gehackte Kräuter u.a.
Rosmarin, Salbei etc.
1 TL süßer Senf
Salz, Pfeffer

Für 4 Personen

Das „Donau-Rieser Heide-Lamm“ eignet sich durch das zarte, magere Fleisch hervorragend zum Grillen. Es ist auf jedem Grillfest eine willkommene Abwechslung zum Schweinesteak. Lammkoteletts, Schnitzel aus der Keule, Sattelscheiben und Lammbratwürste sind würzig und um einiges fettärmer als das Pendant vom Schwein. Das Lammfleisch sollte nicht zu lange gegrillt werden, weil die Gefahr besteht, dass es zu trocken wird. Um dies zu verhindern und den Geschmack zu verfeinern, wird das Marinieren des Fleisches empfohlen. Das Fleisch mindestens 3 - 5 Stunden vor dem Grillen in Marinade legen oder mit dieser bestreichen!

Lamm-Gyros mit Tsatsiki

Für Gyros:

500 g Lammkeule
oder Nacken
2 Knoblauchzehen
80 ml Öl
1,5 TL Thymian
1,5 TL Oregano
2 Gemüsezwiebeln
Salz, Pfeffer

Für Tsatsiki:

200 g Quark
150 g Joghurt natur
100 g Sauerrahm
4 Knoblauchzehen
1/2 Salatgurke geraspelt
1 Zwiebel geraspelt
Salz, Worcestersoße, Pfeffer
Schnittlauch oder Petersilie

Für 4 Personen

Fleisch in dünne Streifen schneiden, Knoblauch mit Salz zerreiben, Zwiebel in Streifen schneiden. Zutaten mischen, mit Öl übergießen und einige Stunden (am besten über Nacht) ziehen lassen. Kurz vor dem Servieren scharf anbraten und heiß servieren. Salatgurke mit Rohkosthobel in feine Streifen hobeln, Zwiebel ebenso. Leicht salzen und ziehen lassen. Knoblauchzehen mit Salz zerreiben. Wasser aus Gurken – Zwiebelmasse entfernen, dann restliche Zutaten zugeben und mischen. Abschmecken mit den Gewürzen und ebenfalls über Nacht ziehen lassen. Beilagen: Fladenbrot oder Reis, Tsatsiki, eventuell Tomatensalat, Krautsalat

*Empfohlen von: Landschaftsführerin Karin Neupert,
Wechingen-Fessenheim*

Lammkeule mit Kartoffeln

1 kg Lammkeule
(entbeint und von fast
allem Fett befreit)
600 g kleine Kartoffeln
(festkochend)
400 g reife Tomaten oder
geschälte Tomaten
aus der Dose
1/2 Glas getr. Tomaten in Öl
(klein geschnitten können
eigentlich nicht zu viele sein)
1 Bund glatte Petersilie
1 unbehandelte Zitrone
(Saft und Schale)
40 g frisch geriebener
Pecorino oder Parmesan
2 EL Schmalz
3 EL Semmelbrösel
2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer aus der Mühle



Für 4 Personen

Lammkeule mit dem Saft der Zitrone einreiben (Zitronenhälften aufheben). Kartoffeln waschen, schälen und in 1/2 cm breite Scheiben schneiden. Tomaten überbrühen, enthäuten und entkernen. Einen großen Bräter mit 2 EL Olivenöl auspinseln. Kartoffeln einschichten (halb stehend), salzen und pfeffern, mit 2 EL Schmalzflöckchen belegen, die Tomatenstücke dazwischen stecken. Petersilie und 4 Knoblauchzehen sehr fein hacken, und mit fein geriebener Zitronenschale mischen. 2/3 davon mit 4 EL Olivenöl zu einer Paste rühren. Den Rest mit Pecorino vermischt beiseite stellen. Lammkeule salzen und pfeffern, mit der Paste bestreichen und auf die Kartoffeln legen. Bei 200 Grad 1 1/4 Stunden garen, dann auf 225 Grad erhöhen, und die restliche Paste über Lamm und Kartoffeln verteilen. Weitere 30 - 40 Minuten garen.

Empfohlen von: Ina Kroczeck, Donauwörth

Lammkeule klassisch

1 kg Lammkeule
Salz, Pfeffer, Senf
ca. 50 g Schmalz
100 g Speck
2 Möhren
2 kleine Zwiebeln
2 Stängel Rosmarin
1/4 l Brühe
1/4 l Weißwein
etwas Sahne

Für 4 Personen

Die Keule mit Salz und Pfeffer einreiben und dünn mit Senf bestreichen. Das Schmalz erhitzen und das Fleisch mit den Speckwürfeln von allen Seiten knusprig anbraten. Das vorbereitete gewürfelte Gemüse hinzufügen und kurz mitbraten. Nach und nach Brühe und Weißwein hinzufügen, sowie die Rosmarinstängel. Den Braten öfter mit dem Sud begießen. Etwa 1 1/2 Stunden garen. Anschließend die Soße abschmecken und mit Sahne binden. Bei mir gibt es dazu Speckbohnen und Semmelknödel.

Empfohlen von: Petra Hertle, Wechingen

Österreichischer Schöpsenschlegel

1 Lammkeule ca. 1 kg
1/4 l Buttermilch
1/4 l mildes Essigwasser
1 Knoblauchzehe
1,5 EL Tomatenmark
Salz
Pfeffer
3 - 4 EL Öl
1/2 Tasse gesüßter schwarzer Kaffee

Für 4 Personen

Die Lammkeule am Knochen lösen, damit die Beize gut einziehen kann. Sehnen und Haut entfernen. Das so vorbereitete Fleisch 2 Tage in eine Marinade aus Buttermilch und Essigwasser legen und gelegentlich wenden. Die Keule abtupfen, mit Salz, Pfeffer, Knoblauch und Tomatenmark einreiben. In einem Bräter das Öl erhitzen und die Keule darin anbraten. Etwas Beize abgießen und abgedeckt ca. 2 Stunden bei 180 - 200 Grad braten. 30 Minuten vor Ende der Garzeit die Lammkeule mit dem gesüßten schwarzen Kaffee löffelweise begießen, das gibt einen besonders guten Geschmack und eine schöne braune Farbe. In dem Bräter grobgeschnittene Zwiebel und Kartoffelspalten mitgaren und zum Lammbraten servieren.

Empfohlen von: Hermann Rippl, Fremdingen-Schopflohe

Rieser Lammkeule mit Wildkräuterfüllung, Herzoginkartoffeln und Rote-Beete-Gratin



Für die Lammkeule mit Füllung:

1 Lammkeule (hohlausgelöst)
50 g gewürfelter Speck
50 g Zwiebelwürfel
Semmelbrösel
Öl und Butter
Salz, Pfeffer, Knoblauch und frische gehackte Kräuter

Für die Herzoginkartoffeln:

500 g Kartoffeln
2 Eigelb
1 Prise Salz
geriebene Muskatnuss
1 Butterflocke

Für das Rote-Beete-Gratin:

500 g Rote Beete gekocht
40 g Mehl
35 g Butter
40 g Zwiebelwürfel
1/4 l Milch
Salz, Pfeffer und Muskat

In Butter Zwiebel- und Speckwürfel glasig schwitzen. Dann zerdrückten Knoblauch sowie gehackte Kräuter und Semmelbrösel unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Masse in die Röhre des Schlossknochens füllen. Keule auf der Außenseite mit Salz und Pfeffer würzen. In den vorgeheizten Ofen bei ca. 200 Grad schieben nach 10 Minuten zurückdrehen auf 160 Grad, mit Röstgemüse fertig garen. Nach einiger Zeit immer wieder mit Wasser angießen. Von dem so entstandenen Fond eine Soße ziehen.

Die Kartoffeln ungeschält waschen und in heißem Wasser weich kochen. Danach schälen und durch eine Kartoffelpresse passieren. In den so entstandenen heißen Kartoffelschnee, Eigelb unterrühren. Achtung, Masse muss noch heiß sein, hier darf man nicht zu zögerlich sein, sonst gerinnt das Eigelb! Butter, Salz und Muskatnuss nach eigenem Gusto unterheben. Abschmecken und Masse in einen Spritzsack mit Sterntülle einfüllen. Danach rosettenförmig auf ein gefettetes Backblech spritzen, mit etwas Eigelb bestreichen und im Ofen bei 180 Grad goldgelb backen.

Rote Beete schneiden und in eine feuerfeste Form geben. Aus Mehl, Butter und Zwiebelwürfeln eine helle Mehlschwitze herstellen, mit dem 1/4 l Milch und 1/4 l Gemüsefond aufgießen und so eine Béchamel herstellen. Soße über die Rote Beete geben und im Ofen gratinieren lassen. Zum Schluss noch etwas geriebenen Käse darauf streuen. Alternativ einfach mal einen Besuch im Meerfräulein planen und ein tolles Geschmacks-Erlebnis in gemütlicher Atmosphäre genießen!

Empfohlen von: Hotel-Restaurant Meerfräulein, Wemding

Für 4 Personen

Lammkeule mit Roquefort

1 Lammkeule (2 kg)
 schwarzer Pfeffer
 2 Knoblauchzehen
 2 Zweige Thymian
 30 g Butterschmalz
 170 g Zwiebeln
 400 ml Weißwein
 270 g Roquefort
 400 g Creme fraiche

Für 4 Personen

Keule mit Pfeffer einreiben. Knoblauchzehen in 6 - 8 Stifte schneiden. Keule damit und mit zerkleinerten Thymianzweigen so spicken, dass möglichst wenig Fleisch zerschnitten wird. Butterschmalz in Bräter erhitzen. Keule darin kräftig anbraten. Zwiebeln vierteln, kurz im Bräter mitbraten. Gut 1/4 l Weißwein zugießen, so dass der Topfboden bedeckt ist, Bräter in den vorgeheizten Backofen (225 Grad, Gas 4) schieben. Roquefort mit 200 g Creme fraiche glattrühren. Die Keule nach 10 Minuten so drehen, dass die gewölbte Oberseite unten liegt, dann mit der Käsecreme bestreichen. Keule weitere 45 Minuten offen garen, wenden, mit Sauce beschöpfen und noch einmal 45 Minuten garen. Dabei auf die Bräunung achten. Evtl. in den letzten 20 Minuten mit Alufolie abdecken. Fleisch warm stellen. Bratenfond im Bräter lösen, in einen kleinen Topf umgießen, den restlichen Wein und Creme fraiche zugeben, Sauce bei starker Hitze unter Rühren einkochen lassen bis sie sämig ist.

Empfohlen von: Gabi Winter, Höchstadt / Donau

Lammbraten Weidmannsart

1,5 kg Lammkeule

Für die Beize:

3/4 l Wasser
 1/8 l Essig
 2 Zwiebeln
 4 Lorbeerblätter
 Wacholderbeeren
 Nelken
 Pimentkörner
 Pfefferkörner
 1/4 l Rotwein
 Salz
 Pfeffer
 5 Knoblauchzehen
 125 g Butter
 1 Bund Suppengrün
 2 gestr. TL Stärkemehl
 1/4 l Sahne
 1 Glas Preiselbeeren

Für 6 Personen

Die Beize mit den angegebenen Gewürzen und Zutaten kurz aufkochen und erkalten lassen, den Wein unter die erkaltete Beize mischen. Das Fleisch von Haut und Sehnen befreien und 3 - 4 Tage in die Beize legen. Das Fleisch muss komplett mit Beize bedeckt sein. Noch besser wäre es, die Beize zu injizieren. Das Fleisch nach dem Beizen herausnehmen, mit Salz, Pfeffer und geriebenem Knoblauch einreiben. Die Butter (Butterschmalz) in einem Bräter erhitzen und die Lammkeule allseits anbraten. Suppengrün, 1 Knoblauchzehe, Gewürzkörner und reichlich Beize dazugeben, abdecken und im vorgeheizten Backofen bei 180 - 200 Grad 2 Stunden garen. Ca. 10 Minuten vor dem Ende der Garzeit Braten mit etwas Butter bestreichen und ohne Deckel bei 220 Grad knusprig werden lassen. Den Bratenfond durch ein Sieb streichen, das kalt angerührte Stärkemehl und die Sahne zugeben und eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken. Braten aufschneiden, mit Soße, Klößen und Preiselbeeren servieren.

Empfohlen von: Hermann Rippl, Fremdingen-Schopflohe



Ziegenbraten:

Probieren Sie anstelle eines Lammbratens doch auch einmal Ziege nach dem gleichen Rezept aus. Ziegen sind wertvolle Helfer bei der Landschaftspflege und eine Delikatesse. Bei Ziegen denken viele Leute an strengen Geruch. Das Fleisch hat jedoch ein zartes Aroma und ähnelt dem Kalbfleisch. Das feine Aroma können Sie durch dezentes Würzen unterstreichen.

Lammfleisch mit Zitronensauce

750 g Lamm,
Keule oder Schulter,
(Schulter ist saftiger),
in etwa 2 cm große
Würfel geschnitten
50 g geräuchertes Wammerl
(die Italiener nehmen
Parmaschinken) in kleine
Würfel geschnitten
2 EL Olivenöl
1 EL Mehl
1 Zwiebel, klein gewürfelt
1/4 l trockener Weißwein
1/8 bis 1/4 l Fond
(Kalbsfond oder am besten
Lammfond, ich mache
ihn selbst aus Parüren
und Knochen)
3 Eigelb
Saft und Schale einer Zitrone
1 Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer, Muskatnuss,
Zucker

Für 4 Personen



Wammerl und Zwiebel in dem Olivenöl anbraten. Die Lammwürfel dazu geben und so lange braten bis sie schön gebräunt sind. Mit dem Mehl bestäuben und kurz durchrühren, dann mit 1/8 l Wein ablöschen und den Wein verdampfen lassen, salzen und pfeffern. Vorsicht, das Wammerl kann schon ganz schön salzig sein. Den Fond und den restlichen Wein angießen und sanft schmoren lassen, etwa 1 bis 1 1/2 Stunden. Das Fleisch muss ganz weich sein. 3 Eigelbe mit dem Saft der Zitrone, dem Zitronenabrieb, der fein zerdrückten Knoblauchzehe und etwas Muskatnuss verrühren. (Wenn die Zitrone viel Saft hat nur 2 - 3 EL nehmen und lieber später noch etwas dazu geben, sonst wird die Soße zu sauer.) Das geschmorte Fleisch vom Herd nehmen und die Eigelbmasse unterrühren und nochmals abschmecken mit Salz und Pfeffer, einer Prise Zucker und eventuell mit Zitronensaft. Die Soße nicht mehr aufkochen, sonst flockt sie aus. Zu diesem Gericht serviere ich gerne Rosmarinkartoffeln und Gelbe-Rüben-Gemüse.

Empfohlen von: Hanna Geike, Nördlingen

Lammrückenfilet mit Bulgursalat

je 2 TL scharfe Pfeffer-
und Korianderkörner
4 TL Olivenöl
600 g Lammrückenfilet
4 Knoblauchzehen
2 Rosmarinzwige
140 g Instant-Bulgur
(z.B. von Kattus)
Salatgurken (320 g)
480 g Tomaten
2 rote Zwiebeln
10 Radieschen
3 Minzestängel
4 glatte Petersilienstängel
2 Bio-Zitronen
Meersalz
frisch gemahlener Pfeffer
4 TL Olivenöl mit Zitrone

Für 4 Personen

Pfeffer und Koriander im Mörser zerstoßen, mit Olivenöl verrühren und das Fleisch damit bestreichen. Mit zerdrückter Knoblauchzehe und gehacktem Rosmarin bestreuen und in Frischhaltefolie gewickelt beiseite stellen. Bulgur nach Packungsanweisung in einer Schüssel zubereiten. Gurke, Tomaten, Zwiebel und Radieschen fein würfeln. Kräuterblättchen fein schneiden. Bulgur mit einer Gabel auflockern. Zitronenschale dünn abreiben, Zitrone auspressen. Zitronensaft, Meersalz, Pfeffer und Olivenöl mit Bulgur verrühren. Gemüsewürfel und Kräuter untermischen. Salat mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Eine kleine beschichtete Pfanne heiß werden lassen. Das Lammfleisch mit den Gewürzen von jeder Seite 2 Minuten braten. Bulgursalat und Lammfleisch anrichten und Fleisch mit der Zitronenschale bestreuen.

TIPP:

Bulgur ist vorgekochter Weizen, der getrocknet und anschließend zu Grütze zerkleinert wird. Man bekommt ihn in unterschiedlichen Qualitäten von fein bis grob und mit unterschiedlichen Garzeiten. Wer es eilig hat, nimmt Instant-Bulgur. Er hat die kürzeste Garzeit und ist schon nach wenigen Minuten fertig.

kalorienbewusst essen

Lammschulter aus dem Ofen

Für die Lammschulter:

1,5 kg Lammschulter
mit Knochen
8 kleine Kartoffeln
(geschält, eventuell halbiert)
6 Möhren (geschält, 5 cm
lange Stücke geschnitten)
6 Zwiebeln (geschält,
eventuell halbiert)
1 Bund Thymian
1 Knoblauchknolle
Salz, Pfeffer
150 ml Weißwein
300 ml Wasser

Für die Soße:

1 Bund Minze
4 EL Essig
1 EL Zitronensaft
2 TL Zucker
1 Prise Salz

Für 4 Personen

Den Ofen zunächst auf 190 Grad vorheizen. Knoblauchknolle quer aufschneiden (falls Sie frischen Knoblauch verwenden: längs halbieren), damit das Fleisch einreiben. Knoblauch, Gemüse und Thymian in eine Auflaufform legen, das Fleisch daraufsetzen, salzen und pfeffern. Weißwein und Wasser dazugießen. Die Form mit Alufolie umwickeln und in den Ofen stellen. Nach 30 Minuten auf 150 Grad stellen. 3,5 Stunden weitergaren. Die Alufolie entfernen, weitere 45 Minuten im Ofen lassen: So bekommt das Fleisch eine Kruste.

Dazu passt eine kalte Minzsoße, wie sie in England zu Lammfleisch gegessen wird. Die Minzblättchen fein hacken, mit Essig, Zitronen, Zucker und Salz vermengen, abschmecken. Die Soße ungefähr 1 Stunde lang durchziehen lassen.



Ältestes Haustier:

Bereits vor 10.000 Jahren begann der Mensch das Mufflon, den Urahn der heutigen Schafe, zu domestizieren. Den Ursprung hat das Schaf wahrscheinlich in den trockenwarmen Steppen Kleinasiens. Zunächst war die Fleischverwertung sicherlich die wichtigste Nutzung neben der Nutzung von Schaffellen für die Kleidung. Seit 5.000 Jahren ist auch eine Nutzung der Schafwolle belegt.

Lammschulter mit Kruste

1,5 kg Lammschulter
3 Knoblauchzehen
1 Zwiebel
1 Zweig Rosmarin
etwas Thymian
1/2 Bund Petersilie
30 g Semmelbrösel
2 EL Öl
2 EL Senf

Fürs Braten:

Wurzelwerk, Zwiebel
und Brotkruste
1/2 l Flüssigkeit
zum Aufgießen



Für 4 Personen

Lammschulter waschen, gut mit Senf bestreichen, mit Pfeffer und Salz würzen. Für die Kruste Knoblauch, Zwiebel, Senf, Semmelbrösel und Kräuter fein pürieren, Öl dazugeben und zu einer Paste vermengen. Paste auf der Schulter glatt streichen, mit 2 EL Öl beträufeln. Bei 180 Grad ca. 2 Stunden braten. Braten immer wieder leicht aufgießen. Sollte die Kruste zu dunkel werden Braten mit Folie abdecken. Die Soße zubereiten wie bei der Lammrolle auf Seite 13.

Empfohlen von: Ingeborg Amslinger, AELF, Nördlingen

Bohnensalat mit Lamm

4 Stücke Lammhüfte
je 180 g (am besten Bio)
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
1,5 EL Öl

3 Zweige Rosmarin
2 kleine Zwiebeln
200 g Tomaten
250 g Fenchel
1 Bund Rauke (80 g)
1 - 2 Dosen weiße Bohnen
5 EL Olivenöl
1 rote Peperoni
3 EL Zitronensaft

Schnelles Gericht:
30 Minuten

Für 4 Personen

Fleisch trocknen, tupfen, salzen und pfeffern. Öl in einer Pfanne (mit ofenfestem Stiel) erhitzen. Fleisch darin von beiden Seiten anbraten. Rosmarin abspülen, dazugeben, Fleisch im heißen Ofen auf mittlerer Schiene 15 Minuten garen.

Zwiebel abziehen und würfeln. Tomaten und Fenchel putzen, abspülen. Tomaten würfeln, Fenchel in feine Streifen schneiden. Rauke verlesen, abspülen, trocknen. Bohnen abgießen und kurz abspülen. 1 EL Olivenöl erhitzen. Zwiebel und Fenchel darin andünsten. Tomaten und Bohnen dazugeben und 5 Minuten dünsten. Peperoni putzen, abspülen, in Ringe schneiden und zufügen. Mit Salz, Zitronensaft und restlichem Olivenöl würzen.

Fleisch herausnehmen, kurz ruhen lassen, in Scheiben schneiden. Rauke unter das Gemüse heben und mit dem Fleisch anrichten.

schnell zubereitet

Ziegenspieße

Zubehör:
Spieße, Pfanne
– alternativ Grill

Für die Spieße:
750 g Ziegenfleisch
aus der Keule
1 mittelgroße Zwiebel
2 gehackte Knoblauchzehen
einige Thymianzweige
10 g Butter
150 ml Öl
(für das Braten von
Fleisch geeignet)
je nach Geschmack
auch mit Paprika oder
Zucchini variieren

Für 4 Personen

Das Ziegenfleisch in Würfel schneiden. Die Hälfte des Öls mit gepresstem Knoblauch und Pfeffer verrühren. Thymianzweige und das Fleisch hinzugeben. Mindestens 3 Stunden ziehen lassen (marinieren). Dabei ab und zu umrühren und das Fleisch wenden.

Dann das Fleisch etwas abtropfen lassen und – je nach Geschmack auch mit geviertelten Zwiebelscheiben, Zucchini- und Paprikastücken abwechselnd – auf Spieße stecken. Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen und die Spieße darin ca. 10 Minuten von allen Seiten anbraten, anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Alternativ die Spieße grillen!



Thymian:

Thymian ist das klassische Gewürzkraut zum Lammbraten – gleichzeitig ist dieser Halbstrauch eine Charakterpflanze der Schafweiden. Dass die Pflanze gesund ist, verrät ihr vollständiger Name „Arznei-Thymian“. Den meisten unbekannt ist sicherlich, dass es im Ries nicht nur Pflanzen gibt, die typisch nach Thymian riechen, sondern auch Thymiane mit Zitronenduft.

Ziegencurry

700 g Ziegenfleisch
 4 Knoblauchzehen
 2 Chilischoten
 je ½ TL Kreuzkümmel,
 Garam Masala,
 Currypulver,
 Koriander
 5 EL Joghurt
 1 Zwiebel in Ringe
 geschnitten
 geschälte Tomaten (Dose)
 Salz, frisch gem. Pfeffer

Ziegenfleisch und Knoblauch klein schneiden, mit den Gewürzen (ohne Currypulver) und dem Joghurt mischen und über Nacht kalt stellen.

Fleisch (mit der Joghurtmarinade) rundherum anbraten, Zwiebeln und Currypulver hinzufügen und 5 Min mit-schmoren. Chilischoten und Tomaten kleinschneiden hin-zufügen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 30 Min schmor-ren lassen. Dazu passt Reis.

Curry bezeichnet eine Art Ragout oder Eintopf meist zu Brot oder Reis und stammt ursprünglich aus Indien. Die verschiedenen regionaltypischen Gewürze sind unver-zichtbar für diese Gerichte. Es gibt vegetarische Currys, Currys mit jeder Art von Fleisch, Currys mit Fisch oder Meeresfrüchten.

*Empfohlen von: Gaby Litzel-Reißler,
 Tapfheim-Donaumünster*

Tafelspitz vom Galloway mit Meerrettichsauce

Für den Tafelspitz:

800 g Rindfleisch
 2 l Wasser
 1 TL Salz
 3 Möhren
 1 Stange Lauch
 150 g Sellerie
 1 Petersilienwurzel
 1 Zwiebel

Für die Meerrettichsauce:

30 g Butter
 3 EL Mehl
 1/4 l heiße Fleischbrühe
 3 EL Sahne
 1/2 kleinen geriebenen
 Meerrettich
 1/2 geriebenen Apfel

Das Wasser in einem großen Topf mit Salz zum Kochen bringen. Das Fleisch hineinlegen und 2 Stunden bei mil-der Hitze köcheln lassen. Das Suppengemüse putzen und kleinschneiden, etwa 30 Minuten vor Ende der Garzeit dem Fleisch zufügen. Die Butter erhitzen und mit Mehl und Fleischbrühe eine Mehlschwitze herstellen. Mit Salz würzen, die Sahne hinzugeben und etwas einkochen las-sen. Meerrettich und geriebenen Apfel einrühren. Zum Servieren das Fleisch in Scheiben schneiden und auf ei-ner Platte mit dem Gemüse umlegen. Zum Schluss mit etwas Fleischbrühe übergießen. Die Soße extra und als Beilage Petersilienkartoffeln reichen.

Empfohlen von: Ulrich Eisenbarth, Nördlingen / Herkheim

Für 4 Personen



Roastbeef vom Galloway

1 kg flaches Roastbeef

Für die Kräuterkruste:

3 Zweige Thymian

3 Zweige Rosmarin

1 Bund Petersilie

1 Bund Schnittlauch

100 g weiche Butter

75 g Paniermehl

Salz und Pfeffer

2 EL Öl

etwas Olivenöl und feiner

Essig zum Beträufeln.

Für die Ofentomaten:

2 große Tomatenrispen

2 EL gutes Öl

grobes Salz

Den Backofen auf 250 Grad vorheizen. Das Fleisch von der Fettschicht befreien. Für die Kräuterkruste die Kräuter waschen, trockenschütteln und die Blättchen fein hacken. Die Butter mit den Kräutern verrühren, Paniermehl unterrühren. Salzen und pfeffern. Das Fleisch rundherum salzen und pfeffern. Das Öl in einem Bräter stark erhitzen. Fleisch darin von allen Seiten scharf anbraten, anschließend oben mit der Kräutermasse bestreichen. Im heißen Backofen bei 250 Grad etwa 15 Minuten braten. Den Backofen auf 200 Grad zurückschalten, das Fleisch etwa 15 Minuten weiterbraten. Dann Backofen ausschalten und das Fleisch noch weitere 10 Minuten im Backofen garen. Herausnehmen - der Kern ist jetzt noch rosa. (Jedes weitere halbe Kilogramm braucht eine um etwa 5 Minuten längere Bratzeit.) Das Fleisch locker in Alufolie wickeln und etwa 10 Minuten ruhen lassen. Inzwischen für die Ofentomaten die Tomaten mit der Ripse waschen und in eine Auflaufschale legen. Mit Öl beträufeln und mit grobem Salz bestreuen. Im heißen Backofen bei 200 Grad 5 - 10 Minuten garen. Das Roastbeef vor dem Anschneiden mit etwas Olivenöl und Essig beträufeln. Mit den Tomaten servieren. Dazu passen Petersilienkartoffeln und ein mittelschwerer Rotwein.

TIPP: Die Kräuterkruste am Vortag fertig zubereiten, in einen Gefrierbeutel geben und die Masse glatt ausstreichen, so dass das Stück etwa die Größe des Roastbeefs hat. Den Beutel verschließen und kalt stellen. Bevor der Braten in den Ofen kommt, die Kräuterplatte auflegen. Dazu den Gefrierbeutel aufschneiden und die Kräuterplatte in einem Stück auf das Roastbeef legen.

Empfohlen von: Ulrich Eisenbarth, Nördlingen / Herkheim

Vorspeise

Kräftige Brühe vom Lamm mit Lammstrudel, Lammschöberl und Lammcroutons

Für die Lammbrühe:

Lammknochen und

Fleischabschnitte

Suppengemüse

Lorbeerblatt

Ingwer

1 Knoblauchzehe

Für den Lammstrudel:

250 g sehnensfreies

Lammfleisch

1 Becher Sahne

Mehl

Milch

Eier

Salz, Pfeffer, Muskat

Für Lammschöberl:

150 g Lammfleisch

5 Eier

Salz, Muskat

Für Lammcroutons:

Toast

Für 8 Personen

Von Lammknochen und Fleischabschnitten mit Suppengemüse, Lorbeerblatt, Ingwer und dem Knoblauch eine klare Brühe herstellen. Ca. 2 Stunden langsam köcheln.

Das sehnensfreie Lammfleisch in feine Würfel schneiden und einen Becher flüssige Sahne zugeben. Mit dem Zauberstab pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Mehl, Milch und Eiern einen Pfannkuchenteig herstellen und mit Salz und Muskat würzen, in einer Pfanne ausbacken und auskühlen lassen. Die Lamm-Brätmasse in die Pfannkuchen einstreichen und einrollen. In Frischhaltefolie zu einer Wurst formen und vorne und hinten gut verknoten. In leicht kochendem Wasser 20 Minuten garen. In Scheiben geschnitten als Suppeneinlage verwenden.

Die Eier trennen, die Eigelbe schaumig schlagen und das Eiweiß zu Schnee schlagen. Das gekochte Lammfleisch in ganz feine Würfel schneiden, dann alles zusammen vorsichtig unterheben. Würzen mit Salz und Muskat. Die Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech streichen. Bei 180 Grad Ober- und Unterhitze 15 Minuten im Backrohr backen. Nach dem Auskühlen in Würfel schneiden und als Suppeneinlage verwenden.

Toastbrotsscheiben mit Lammbrät einstreichen und im Backrohr 10 Minuten bei 180 Grad Oberhitze überbacken. In Würfel geschnitten als Suppeneinlage verwenden.

Hauptspeise

Im Rohr gebratene Lammteile von der Keule mit Rosmarin, Rotweinsoße, Kartoffelküchlein und Bohnen im Speckmantel

Für die Lammkeule:

1,5 kg Lammkeule
Sellerie, Karotten, Lauch,
Zwiebel, Rosmarinzweige
Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer

Für Rosmarin-Rotweinsoße:

Fleischabschnitte vom Lamm
Zwiebel, Karotten, Sellerie,
Lauch, Knoblauchzehe,
Rosmarinzweige,
Lorbeerblatt,
Tomatenmark
Rotwein
Fleischbrühe
Speisestärke
Salz, Pfeffer, Rosmarinpulver

Für die Kartoffelküchlein:

500 g Kartoffeln
Speck, Zwiebel, Petersilie
3 Eigelb
Salz und Muskat
Mehl und Öl

**Für Bohnen
im Speckmantel:**

Bohnen
Räucherspeckscheiben
Bohnenkraut

Für 6 Personen

Eine Lammkeule auslösen und in 4 Teile schneiden. In einer Bräter Würfel von Sellerie, Karotten, Lauch und Zwiebel, sowie Rosmarinzweige und ein paar Knoblauchzehen geben. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne rundum anbraten und auf das Gemüse legen. Im Backrohr bei 160 Grad (Ober- und Unterhitze) braten. Das Fleisch braucht ungefähr 60 Minuten.

Fleischabschnitte vom Lamm mit Würfeln von Zwiebel, Karotten, Sellerie und Lauch in einem Topf scharf anbraten. Eine Knoblauchzehe, Rosmarinzweige und ein Lorbeerblatt zugeben. Tomatenmark mit anrösten, mit Rotwein ablöschen, wieder reduzieren, mit Fleischbrühe auffüllen und eine Stunde leicht köcheln lassen. Abpassieren und den Bratensaft von der gebratenen Lammkeule mit dazu geben, aufkochen und mit in Rotwein angerührter Speisestärke nach Belieben abbinden. Abschmecken mit Salz, Pfeffer und Rosmarinpulver.

Pellkartoffeln kochen und noch heiß durch eine Kartoffelpresse drücken. In einer Pfanne feine Speck- und Zwiebelwürfel mit gehackter Petersilie anschwitzen und zu den durchgedrückten Kartoffeln geben. Eigelb untermengen und mit Salz und Muskat würzen. Die warme Masse zu einer Rolle mit 5 Zentimeter Durchmesser rollen. Nach dem Auskühlen in Scheiben schneiden; leicht mehlen und in einer Pfanne in Speiseöl ausbraten.

Gekochte Bohnen in Räucherspeckscheiben einwickeln, an beiden Enden gerade zuschneiden und in einer Pfanne unter mehrmaligem Wenden ausbraten. Mit Bohnenkraut bestreuen.

Nachspeise

Rhabarber-Eis-Parfait auf Erdbeerspiegel und Schokoladensahne

Für das Eis-Parfait:

400 g Rhabarber
3 EL Wasser
3 Eigelb
50 g Zucker
1 TL Zitronensaft
2 Becher Sahne

Den Rhabarber waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden, zugedeckt mit 3 Esslöffel Wasser garen. Etwas abkühlen lassen, dann pürieren. Das Eigelb mit dem Zucker cremig schlagen und den pürierten Rhabarber mit aufschlagen. Den Zitronensaft zugeben. Die Sahne steif schlagen und alles zusammen vorsichtig unterheben. In eine Kastenform füllen und im Gefrierschrank frosten.

Für den Erdbeerspiegel:

frische Erdbeeren
Zucker

Frische Erdbeeren pürieren, nach Bedarf zuckern, auf einem weißen Teller als Soßenspiegel anrichten und das Rhabarber-Eis-Parfait darauf anrichten.

Für die Schokoladensahne:

Sahne
Schokolade

Schokoladensahne: unter geschlagene Sahne flüssige Schokolade mengen.

Empfohlen von: Der Club der Köche, Donau-Ries

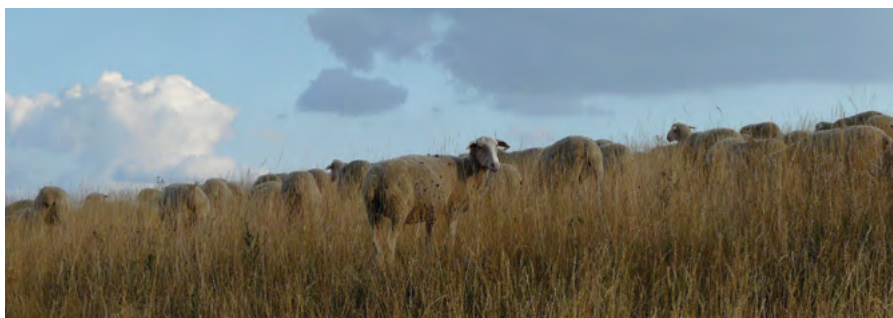
Für 6 Personen**Ostertradition:**

Der Lammbraten zu Ostern geht auf den jüdischen Brauch zurück, am Passahfest ein Lamm zu opfern und zu essen. Das Lamm gilt für Juden und Christen als Symbol für Reinheit und Unschuld.

Lamm- und Ziegenfleisch Qualitätskriterien Donau-Rieser Heide-Lamm



- Die Mutterschafe weiden auf den Magerrasen im Geopark Ries und im Landkreis Donau-Ries
- Es werden keine gentechnisch veränderten Futtermittel eingesetzt
- Lämmer sind 4 bis 9 Monate alt
- Der Tierbestand ist gesund und vital, die Haltung erfolgt art- und tierschutzgerecht



Das Donau-Rieser Heide-Lamm erhalten Sie bei den Schäfereibetrieben

Thomas Kitzinger,
Hohenberg 5,
73441 Bopfingen
Tel. 0171/6150784

Der Betrieb Kitzinger ist im württembergischen Teil des Rieses ansässig und weidet auf den westlichen Riesheiden. Eine markante Wacholderheide, die regelmäßig von der Schafherde Kitzinger beweidet wird, ist der Ipf bei Bopfingen, der mit ca. 60 ha zusammenhängender Wacholderheide zu den größten Heidebergen zählt. Er steht als Zeugenberg der Schwäbischen Alb frei da, wichtige Strukturelemente sind die felsigen Bereiche am oberen Ringwall und die sehr mageren, oberbodenarmen Bereiche.

Wildensteiner Lamm-Braten

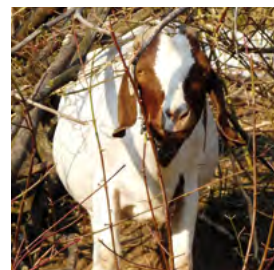
*Lammschlegel oder
Lammrücken oder
Lammschulter (Vorderbein)
oder Lammhals
oder Lammnacken
Salz*

Das noch feuchte Fleisch nur leicht salzen (Salz darüber streuen, das anhaftet; keine weiteren Gewürze). In einen Topf mit Deckel legen und mit ca. 1,5 cm Wasser füllen. Temperatur: 130 Grad. Garzeit: 4 ½ Stunden. Das Wasser gelegentlich kontrollieren und, falls erforderlich, ergänzen. Das Fleisch ist fertig, wenn sich die Knochen ohne Mühe aus dem Fleisch ziehen lassen. Servieren Sie Bröckchen, nicht geschnittene Scheiben. Angebot: Salz und Pfeffer (keine weiteren Gewürze). Empfohlene Beilagen: Pellkartoffeln, grüne Bohnen, Brokkoli, Karotten. Garen Sie die Beilagen separat, also nicht mit dem Fleisch im Topf.

Der gesamte Geschmack kommt vom Fleisch. Verwenden Sie Fleisch von langsam gewachsenen Lämmern. Diese sind in der Regel beim Schlachten etwa 9 Monate alt. Ältere Schafe schmecken würziger, Garzeit 5 ½ Stunden bei 130 Grad. Dieses Rezept hat sich umfangreich bewährt.

Der Biobetrieb Dobrick hält alte, gefährdete Schafrassen, die allesamt langsam wachsen.

Empfohlen von: Peter Dobrick, Hainsfarth - Steinhart



Peter Dobrick
Weiherweg 2
86744 Hainsfarth - Steinhart
Tel. 09082/2195

Seit etwa 2012 beweidet der Biobetrieb Dobrick den Schafranken bei Unterappenberg, der zuvor stark verbuscht war. Die Ziegen leisten wertvolle Arbeit beim Zurückdrängen der Gehölze.



*Franz Rupprecht,
Bayergasse 14,
86681 Fünfstetten
Tel. 09091/418*

Der Betrieb Rupprecht weidet in Hütelhaltung vor allem im Raum Donauwörth. Magerrasenflächen liegen unter anderem im Bereich Gunzenheim und im Schwalbtal bei Fünfstetten. Auf den Weiden des Betriebes Rupprecht kommen eine ganze Reihe von seltenen Magerrasenpflanzen vor, genannt seien hier die Küchenschelle, der Frühlingsenzian und die Goldaster.



*Bettina Stecher
Im Gäble 3,
86655 Harburg-Hoppingen
Tel. 09080/1512*

Der Betrieb Stecher beweidet rund 100 ha Magerrasen in traditioneller Hütelhaltung zwischen Harburg und Ederheim. Die prominenteste Weidefläche ist der Rollenberg, der am Wörnitzufer westlich von Harburg liegt. Der Rollenberg ist von weitem sichtbar und fällt mit seiner ungewöhnlichen Gestalt – steilen Hangflanken, einer Ringwall-Befestigung und einem nahezu ebenen Gipfelplateau – auf. Die Form erhielt der Berg als keltische Höhensiedlung vor rund 3.000 Jahren.

Der Rollenberg liegt im FFH-Gebiet „Trockenverbund am Rand des Nördlinger Rieses“. Im Rahmen des LIFE+ Natur-Projektes werden am Rollenberg umfangreiche Entbuschungsmaßnahmen durchgeführt.

Schäfererei:

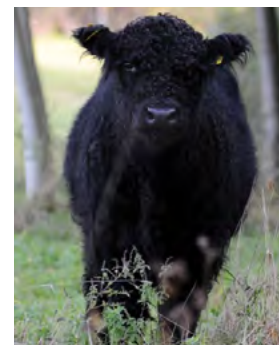
Die Haupterwerbs-Schäfer im Landkreis Donau-Ries haben eine dreijährige Ausbildung zum Landwirt – Tierwirt (Fachrichtung Schafe) abgeschlossen, wie sie z.B. in Triesdorf angeboten wird. Lange tägliche Arbeitszeiten und Wochenendarbeit prägen das Berufsbild. Zwischen 12 und 14 Stunden arbeitet der Schäfer täglich und das 7 Tage die Woche.



Gallowayfleisch

Die Galloway-Rinder des Betriebs Eisenbarth weiden auf Wiesen und geeigneten Magerrasen und Wacholderheiden rund um Ederheim, z.B. am Niederhauser Berg (FFH-Gebiet Trockenverbund am Rand des Nördlinger Rieses) und am Tannenberg. Die gutmütige Rinderrasse kommt ursprünglich aus dem Südwesten von Schottland. Sie zeichnet sich vor allem durch Robustheit und einen sparsamen Stoffwechsel aus. Deshalb sind Galloways bestens für eine ganzjährige Freilandhaltung auf extensivem Weideland geeignet. Sie müssen nicht zugefüttert werden und können sich gut an die lokalen Gegebenheiten anpassen. Die Tiere wachsen im artgerechten und naturnahen Herdenverbund bis zu ihrer Schlachtreife zwei bis drei Jahre heran.

*Ulrich & Stefan Eisenbarth,
Hirtenweg 1,
86720 Nördlingen / Herkheim
Tel. 0151/62608826
www.naturschutzbeweidung.de*



*Nachhaltige Weideprojekte für Tier - Mensch - Natur
Wir halten unsere Galloway Rinder möglichst naturnah.
Sie eignen sich besonders gut zur Beweidung und
genießen daher einen hervorragenden Ruf als Landschafts-
pfleger. Die Tiere ernähren sich auf unseren unbehandelten
Weideflächen und leben ganzjährig im Freien.*

*Das Fleisch der Tiere kann direkt bei uns angefragt
werden. Die Schlachtermine geben wir rechtzeitig
u.a. auf unserer Homepage bekannt.
www.naturschutz-durch-beweidung.de*

Kontakt & Bezugsquelle:



Trärgemeinschaft Heide-Allianz
Geschäftsstelle am Landratsamt Donau-Ries
Pflegstraße 2
86609 Donauwörth
Telefon: 0906 / 74-123
Telefax: 0906 / 74-43123
E-Mail: info@life-heide-allianz.de

Projektpartner:

Bayerisches Staatsministerium für Umwelt und Verbraucherschutz, Landkreis Donau-Ries,
Rieser Naturschutzverein, Schutzgemeinschaft Wemdingen Ried,
Bund Naturschutz Kreisgruppe Donau-Ries

Bayerisches Staatsministerium für
Umwelt und Verbraucherschutz



Finanzielle Förderung:

Das Gesamtvolumen des Projektes beträgt ca. 2,5 Mio Euro.
Das Projekt wird unterstützt mit Mitteln des Finanzierungsinstruments LIFE der Europäischen Union (50 %), sowie des Bayerischen Naturschutzfonds und des Bayerischen Staatsministeriums für Umwelt und Verbraucherschutz (zusammen ca. 40 %).



Impressum:

Stand: 11/2015.

Fotos: Rezeptautoren, U. Eisenbarth, K. Weiß, H. Partsch, Text: K. Weiß;
Gestaltung: www.billa-spiegelhauer.de

Schutzgebühr: 2 € €

