

# Osso Buco með lambakjöti

Osso Buco er ítalska yfir kálfaskanka og er það því kjötið sem nota á upprunalega í þennan ítalska rétt. En hann er hins vegar æðislegur með lambakjöti.

## Hráefni

<b>1 kg</b>	lambaskankar
<b>2 msk</b>	ólívuolífa
<b>1 stk</b>	laukur, skorin smátt
<b>2 stórar</b>	gulrætur, skornar í sneiðar
<b>3 stk</b>	hvítlauksrif, söxuð
<b>½ bolli</b>	sólþurrkaðir tómatar, saxaðir
<b>1 bolli</b>	rauðvín
<b>2 bollar</b>	kjúklingasoð
	rósmarínkvistur eða krydd
	timian
	sjávar salt
	pipar

## Aðferð

- Forhitið ofninn í 170°C
- Kryddið kjötið með salt og pipar
- Hitið olíuna á meðal hita í potti og steikið kjötsneiðarnar þar til brúnar eða um 5 mín á hvorri hlið. Takið af og setjið til hliðar
- Svissið laukinn í um 2 mín, bætið svo í pottinn gulrótum og látið steikjast saman við meðal lágan hita í um 5 mín.
- Bætið þá sólþurrkuðum tómötum og hvítlauk saman við og hrærið aðeins í
- Hellið rauðvíni saman við og hrærið vel ofan í botn til að ná kjötkrafti sem liggur í botninum eftir steikingu.
- Bætið næst kjúklingasoði saman við og hrærið
- Setjið nú kjötið aftur í pottinn, kryddið með rósmarín og timian og lokið pottinum
- Setjið pottinn inn í ofn og látið malla þar í um 1 1/2 til 2 tíma, snúið kjötinu við allavega einu sinni og hrærið í sósunni, bætið við kjúklingasoði ef of þurr.
- Gott að bera fram með kartöflumús og grænmeti

## Skammtar: 2