



Unsere Chefin informiert:

Lammfleisch

Lammfleisch ist eine gesunde Delikatesse aus der Region! Es ist besonders fettarm, dafür aber reich an hochwertigem Eiweiß. Das Fleisch enthält an Mineralstoffen reichlich Kalium und Magnesium, an Spurenelementen besonders Eisen und Zink sowie an Vitaminen vor allem B1, B2 und Niacin.

Lammfleisch stammt von Tieren, die maximal 12 Monate alt sind und somit nicht den strengen und unbeliebten Hammelfleischgeschmack aufweisen, sondern fein und mildwürzig schmecken.

Achten Sie beim Einkauf von Lammfleisch bitte auf die helle bis ziegelrote Farbe. Das Fleisch sollte beinahe weiß sein.

Lamm liebt Gewürze! Besonders aromatisch wird es durch Knoblauch und Rosmarin. Den besten Geschmack erhalten Sie durch junge Knoblauchzehen und frische Gewürze.

Im Kühlschrank hält sich frisches Lammfleisch abgedeckt zwei bis drei Tage. Etwa länger lagern Sie es, wenn Sie das Lammfleisch in eine Marinade aus zum Beispiel Olivenöl mit Knoblauch, Zwiebeln und Rosmarin einlegen.