

Oppskrift

## Langtidsstekt lammebøg med gulrot og småløk



1

Forvarm ovn til 150 °C. Hakk løk og hvitløk, og stek mykt i olje med timian. Ha i smør og brun bogen på alle sider.

2

Legg bogen over i en stor gryte og hell på vin og kraft. Kok opp og sett på lokk. Sett gryta i ovnen og la den stå i 3 timer.

3

Når 30 minutter av tiden gjenstår, skrell og del løk i to og gulrot i biter og rør inn i gryta.

4

Ta ut gryta og løft ut bogen. Kok opp sausen og reduser ca. 4 dl. Jevn ev. med maizenna hvis du vil. Smak til med salt og pepper. Server med bakte småpoteter og rotgrønnsaker.

## Produkter i denne oppskriften

Lam Bog m/Knoke Hel Stp



## Ingredienser

Gilde Lammebog hel	1 stk
Olje	2 ss
Meierismør	1 ss
Løk	1 stk
Hvitløksfedd	4 stk
Timianstilker	4 stk
Hvitvin	5 dl
Okse- eller høsebuljong	5 dl
Gulrøtter	12 stk
Småløk	12 stk
Salt og pepper	