

Lammegryde over bål – perfekt til en shelter tur. Det hele kan forberedes hjemme fra og smager fantastisk. Med de mange bønner, kan det være en fordel at sove under åben himmel.

Ingredienser:

1 udbenet lammebov i grove tern / ca. 1 kg

Marinade:

1 spsk. sesamfrø

3 spsk. olivenolie

2 spsk. knust Sumac

1 spsk. røget paprika

2 fed knust hvidløg

½ spsk. knust chili

Øvrige ingredienser:

250 g bacon i tern

2 løg i tern

1 mørk øl

2 spsk. granatæblesirup

1 tsk. Salt

2 dåser flåede tomater

2 dåse hvidbønner

Hakket persille

Bov og marinade blandes i en pose. Marineres min. 6 timer.

En stor støbejernsgryde varmes godt op. Kød, samt bacon og løg brunes brundigt af sammen med marinaden. Øl, sirup og tomat tilsættes sammen med lidt salt. Låget lægges på og retten simre på kanten af bålet i 45 min. Tilsæt bønner og lad det stå yderligt 15 min. Smages til og drysses med persille. Serveres med salat af sommergrønt.