Υλικά για 6 άτομα

1 κιλό αρνάκι (κατά προτίμηση ωμοπλάτη) κομμένο σε μικρά κομμάτια 2 κιλά λάχανο κομμένο σε φέτες
4 καρότα κομμένα σε φέτες

αλάτι, μπαχαρικά της αρεσκείας σας

1/2 κούπα ελαιόλαδο

Εκτέλεση

Τσιγαρίζετε το αρνάκι σε καυτό ελαιόλαδο και βάζετε τα μπαχαρικά σας. Στη συνέχεια βάζετε σε μια γάστρα (καλύτερα πήλινη) μια στρώση λάχανο, από πάνω καρότα και από πάνω το αρνάκι. Συνεχίζεται μέχρι να τελειώσουν τα υλικά σας. Ρίχνετε μέσα στη γάστρα σας νερό ώσπου να καλύψετε οριακά όλα τα υλικά και βάζετε να ψηθούν σε πολύ δυνατό φούρνο (2020-220 βαθμούς) για περίπου 2 ½ ώρες.

Σερβίρετε με δροσερή σαλάτα ντομάτας.

Μπορείτε αν θέλετε να βάλετε κι άλλα λαχανικά της αρεσκείας σας συμπληρωματικά στα καρότα, όπως κρεμμύδια, πράσα, φέτες φρέσκιας ντομάτας, πατάτες κομμένες σε μικρούς κύβους κ.α.

Από τη συντακτική ομάδα του dietup.gr