

Lamm Senf Grünzeug

Für 4 Personen

Für das Kartoffelpüree:

3 große Kartoffeln Sahne Butter
Salz, Pfeffer, Muskat

Für das Lamm:

4 Lammhälften Olivenöl einige Zweige Rosmarin

Für die Sauce:

200 ml Portwein 50 ml Ketjap Manis 1 Knoblauchzehe
Sahne kalte Butter

Für das Gemüse:

1 lila Karotte 1 gelbe Karotte 150 g Bohnen
1 Karotte Babymangold 1 Limette
Salz, Zucker Olivenöl

Für das Kartoffelpüree:

Die Kartoffeln aufsetzen und weich kochen. Wenn die Kartoffeln gar sind, durch eine Presse drücken. Mit Sahne, Nussbutter (erhitzte, schäumende Butter) und Sahne verfeinern. Würzen.

Für das Lamm:

Das Lamm zerteilen in etwa 5 mal 5 cm große Würfel. Das gewürfelte Fleisch in Öl anbraten. Alternativ kann man die Lammhälften auch im Stück lassen und in einer Auflaufform mit etwas Öl und Rosmarin in den Ofen geben. Bei 80 – 90 Grad langsam gar ziehen lassen.

Für die Sauce:

In die Bratenpfanne etwas Portwein geben und daraus eine Sauce herstellen. Etwas Ketjap Manis, eine geviertelte Knoblauchzehe und etwas Wasser nach Gefühl angießen und einreduzieren lassen. Anschließend noch die Sahne angießen. Man kann die Sauce auch mit kalter Butter abbinden.

Für das Gemüse:

Die lila und die gelbe Karotte in grobe Stücke schneiden und blanchieren. Die Bohnen ebenfalls in Salzwasser blanchieren und anschließend in Eiswasser abschrecken. Die Karotte mit einem Sparschäler in dünne Streifen schneiden. Mit dem Babymangold mischen mit Limette, Olivenöl, Salz und Zucker marinieren. Alles auf einem Teller anrichten.

Maria Groß am 14. April 2018