

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Amateur: Lamm

2015-2017

99 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 27. Juli 2022.

Inhalt

Bandnudeln, türkische Lamm-Bolognese, Tomaten-Concassée	1
Brotwürfel, Lammfleisch, Joghurt-Soße, Kohl-Gemüse	2
Crêpes mit rosa gebratenem Lamm, Zwiebel-Minz-Marmelade	4
Dekonstruierter Döner de luxe	5
Dreierlei von Lamm, Bohne, geräucherte Tomaten, Bulgur	6
Gefüllte Lamm-Koteletts mit Remouladen-Soße, Feldsalat	8
hcremesuppe mit Crostini	9
Kräute-Lamm-Filet mit Sommerkohl, Süßkartoffel-Würfel	10
Lamm-Cheeseburger mit Pommes frites und grünem Spargel	11
Lamm-Curry nach Ceylon-Art mit Tempura-Obst und Basmati	12
Lamm-Döner, Bulgur-Salat, Gurke-Minz-Dip, Knoblauch-Soße	14
Lamm-Eintopf mit Gurken-Kräuter-Joghurt, Gewürz-Basmati	16
Lamm-Feigen-Spieß mit Gurken-Minz-Dip und Gewürz-Reis	17
Lamm-Filet im Kräutermantel, Rotwein-Schalotten, Polenta	18
Lamm-Filet mit Bohnen-Cannelloni	19
Lamm-Filet mit Chili-Garnelen und Steinpilzen	20
Lamm-Filet mit Kräuter-Tomaten und Rosmarin-Polenta	21
Lamm-Filet mit libanesischem Bulgur, Joghurt-Minz-Soße	22
Lamm-Filet mit Ratatouille, Knoblauch-Buttermilch-Soße	23
Lamm-Filet mit Rotwein-Feigen, Ofen-Gemüse und Couscous	24
Lamm-Filet mit Rotwein-Zwiebeln und Kartoffel-Stampf	25
Lamm-Filet mit Taleggio-Schaum und Rotkohl-Risotto	26
Lamm-Filet, Kartoffel-Erbсен-Stampf, mediterrane Tomaten	27
Lamm-Filet, Kartoffel-Karotten-Gemüse und Minz-Soße	28
Lamm-Filet, orientalischer Couscous-Salat, Minz-Joghurt	29

Lamm-Karrée mit Steinpilz-Tagliatelle	30
Lamm-Karree mit Erbsen-Püree und glasierten Maronen	31
Lamm-Karree mit Kräuter-Kruste und Rotwein-Soße	32
Lamm-Karree mit Pinienkern-Honig-Kruste, Kartoffel-Püree	33
Lamm-Karree mit Rote-Bete-Crêpe und Erbsen-Minz-Püree	34
Lamm-Karree mit Senf-Pistazien-Haube und Salzkartoffeln	35
Lamm-Karree mit Trüffel-Risotto und Trüffel-Schaum	36
Lamm-Karree mit Weihnachts-Sushi, Glühwein-Teriyaki-Soße	37
Lamm-Karree mit Ziegenkäse-Feigen-Ragout, Padrón-Paprika	38
Lamm-Karree, Fenchel-Safran-Gemüse, Rosmarin-Kartoffeln	39
Lamm-Karree, Gewürzbutter, Rotwein-Soße, Kartoffel-Gratin	40
Lamm-Karree, Kartoffel-Püree, Zuckerschoten, Minzbutter	41
Lamm-Karree, Polenta, grüner Spargel, Pfirsich-Chutney	42
Lamm-Karree, Ratatouille-Couscous, Joghurt-Minz-Dip	43
Lamm-Karree, Spekulatius-Kruste, Rotwein-Cranberry-Soße	45
Lamm-Karree, Thymian-Kruste, Süßkartoffel-Wedges	47
Lamm-Kotelett mit Orient-Gemüse, Feigen und Fregola sarda	48
Lamm-Kotelett mit Ras-el-Hanout-Kartoffeln, Gurken-Salat	49
Lamm-Kotelett mit Rosenkohl und Rosmarin-Bratkartoffeln	50
Lamm-Kotelett mit Rote-Bete-Couscous, Erbsen-Schaum	51
Lamm-Kotelett mit Thymian-Kruste und Rotwein-Soße	52
Lamm-Kotelett, Tomaten-Soße, Aubergine, Wildkräuter	53
Lamm-Koteletts, Gremolata, Ratatouille, Kartoffel-Spalten	54
Lamm-Koteletts, Rotwein-Reduktion, Caponata, Polenta	55
Lamm-Lachs im Kräuter-Mantel, Rahm-Pak Choi, Chutney	56
Lamm-Lachs in Kräuter-Kruste, Soße, Kartoffel-Gratin	57
Lamm-Lachs mit Aprikosen-Orangen-Ingwer-Soße, Möhren	58
Lamm-Lachs mit Auberginen-Tomaten-Auflauf und Bulgur	59
Lamm-Lachs mit gestampften Süßkartoffeln und Weißkraut	61
Lamm-Lachs mit grünem Spargel, Rosmarin-Kartoffeln	62
Lamm-Lachs mit Gremolata, Speck-Bohnen, Malfatti	63
Lamm-Lachs mit Kichererbsen-Reis und Gurken-Minz-Joghurt	64

Lamm-Lachs mit Kräuter-Butter, Kartoffel-Püree, Spargel	65
Lamm-Lachs mit Kräuter-Kruste, Rosmarin-Jus, Spätzle	66
Lamm-Lachs mit Kräuter-Salat und Süßkartoffel-Püree	67
Lamm-Lachs mit Macadamia-Kruste, Kartoffel-Rosette	68
Lamm-Lachs mit Quitte und Honig-Zwiebeln	69
Lamm-Lachs mit Rotkohl, Kürbis-Stampf, Rotwein-Soße	70
Lamm-Lachs mit Spekulatius-Kruste und Kartoffel-Stampf	72
Lamm-Lachs mit Tomaten-Orangen-Salat	73
Lamm-Lachs mit zweierlei Soße, Safran-Kartoffel-Püree	74
Lamm-Lachs, Kräuter-Gemüse-Bulgur, Auberginen-Feta-Spieß	75
Lamm-Lachs, Kräuter-Kruste, Ofenkartoffeln, grüne Bohnen	76
Lamm-Lachs, Kräuter-Kruste, Rotwein-Soße, Bohnen-Gemüse	77
Lamm-Lachs, Nusskruste, Rote-Bete-Gnocchi, Zuckerschoten	78
Lamm-Lachs, Pastinaken-Püree, Keniabohnen, Lakritz-Soße	80
Lamm-Lachs, Pecorino-Kruste, Couscous, Joghurt-Minz-Dip	81
Lamm-Lachse, Oliven-Kruste, Bohnengemüse, Pilaw	83
Lamm-Rücken im Kartoffel-Mantel, Rotwein-Soße, Salat	84
Lamm-Rücken mit Graupen-Risotto, Zucchini-Streifen	85
Lamm-Rücken mit Nuss-Feigen-Cranberry-Kruste, Couscous	86
Lamm-Rücken mit Portwein-Soße und grünen Bohnen	87
Lamm-Rücken mit Senf-Kruste, Bohnen-Tomaten-Gemüse	88
Lamm-Rücken, Balsamico-Soße, Ratatouille, Anna-Kartoffeln	89
Lamm-Rücken, Gnocchi, Zuckerschoten-Gemüse, Schalotten	90
Lamm-Rücken, Kräuter-Kruste, Rotwein-Soße, Orangen-Salat	91
Lamm-Rücken, Rotwein-Soße, Kartoffel-Taler, Rosenkohl	92
Lamm-Rücken, Zitronen-Walnuss-Risotto, Paprika-Konfitüre	93
Lamm-Ragout mit Rübchen	94
Lamm-Sandwich mit Koriander-Pesto	95
Lamm-Topf Mont Ventoux mit Rosmarin-Kartoffeln	96
Marinierter Lamm-Lachs auf Zimt-Spieß mit Couscous	97
Marinierter Lamm-Lachs mit Zitronen-Soße, Hummus, Salat	98
Marokkanischer Lamm-Topf mit Couscous	99

Marokkanischer Lamm-Topf mit grünen Bohnen, Tomaten	99
Ofen-Lachs mit Zitronen-Risotto und Zucchini-Spaghetti	100
Riesenmuschelnudeln, Lamm-Fleisch, Rote Bete, Pfannkuchen	101
Rosmarin-Lamm mit Kartoffel-Paprika-Feta-Salat	103
Schwäbisches Cordon bleu mit Tagliatelle, Tomaten-Gemüse	104
Shakshuka mit Lamm-Filet und Knoblauch-Baguette	105
Steinpilz-Risotto mit Lamm-Rücken und Joghurt-Minz-Soße	106
Surf-and-Turf von Garnele, Lamm, Kürbis-Ingwer-Schaum	107
Türkischer Pilaw mit Ziegen-Filet, Knoblauch-Joghurt-Soße	108
Zweierlei 'Sfiha' mit Sesam-Dip	109

Index **110**

Bandnudeln, türkische Lamm-Bolognese, Tomaten-Concassée

Für zwei Personen

Für die Joghurt-Marinade:

250 g türkischer Joghurt	1 Knoblauchzehe	2 Zweige Dill
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Bandnudeln:

100 g Mehl	1 Ei	2 Lorbeerblätter
$\frac{1}{2}$ TL feines Salz		

Für die Lamm-Bolognese:

200 g Lamm-Hackfleisch	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 Fleischtomaten	1 Prise Zimtpulver	1 Prise Kreuzkümmel
1 Prise edelsüßes Paprikapulver	1 Prise Chiliflocken	4 Zweige Thymian
10 ml Olivenöl	$\frac{1}{2}$ TL feines Salz	Pfeffer

Für die Tomaten-Concassée:

1 Fleischtomate	4 Zweige Petersilie	1 EL Olivenöl
1 Prise Meersalz		

Für die Bolognese Fleischtomaten am Boden mit dem Messer einkreuzen und in kochendem Wasser kurz heiß aufkochen. In Eiswasser abschrecken, schälen und in mittlere Würfel schneiden. Zwiebel abziehen, fein würfeln und in Olivenöl anschwitzen. Hackfleisch hinzugeben und scharf anbraten. Thymian abbrausen, trockenwedeln und zupfen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Knoblauch mit Olivenöl, Thymian, Kreuzkümmel, Chiliflocken, Zimt, Paprika, Salz und Pfeffer im Mörser zu einer groben Paste verarbeiten. Würzpaste zum Hackfleisch geben und mit der Hälfte der Tomatenwürfel in einem Topf zum Kochen bringen.

Für den Knoblauchjoghurt Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Knoblauch abziehen, reiben und mit etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer in den Joghurt rühren.

Für den Nudelteig Mehl, Ei und Salz zu einem homogenen Teig kneten. In der Nudelmaschine dünn ausrollen, mit dem Schneideaufsatz in breite Bandnudeln schneiden und etwas bemehlen, sodass die Nudeln nicht aneinander kleben.

Für die Concassée Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Tomate hacken und mit den übrigen Petersilie, Meersalz und etwas Olivenöl vermengen.

Nudeln in einem Topf mit kochendem Salzwasser und Lorbeer bissfest garen.

Fertige Nudeln abtropfen, durch den Knoblauchjoghurt ziehen und lauwarm als Nest in der Mitte eines Tellers anrichten. Etwas von der Bolognese in die Mitte des Nudelnestes geben, 1 EL Tomaten-Concassée darauf drapieren und servieren.

Tobias Zwick am 09. Juni 2016

Brotwürfel, Lammfleisch, Joghurt-Soße, Kohl-Gemüse

Für zwei Personen

Für die Brotwürfel:

1 Ei	2 EL Grieß	500 g Mehl
1 Würfel Hefe	2 EL Olivenöl	100 ml warmes Wasser
2 EL weißer, schwarzer Sesam	1 TL Schwarzkümmel	1 Prise Zucker
Salz		

Für das Lammfleisch:

Lammfleisch à 200 g	3 cm Ingwer	1 Limette
2 Zehen Knoblauch	150 g griech. Joghurt	35 g Papaya-Paste
20 g Chilipulver	1 TL rotes Chilipulver	1 TL Garam Masala
1 TL Senfkörner	1 TL Oregano	1 TL Thymian
1 TL Rosmarin	1 Prise Kreuzkümmel	1 Prise gemahlener Kümmel
Öl	Salz	

Für die Joghurt-Sauce:

1 Zitrone	$\frac{1}{2}$ Zehe Knoblauch	1 Ei
200 g griech. Joghurt	285 ml Olivenöl	1 TL Dijonsenf
1 Bund glatte Petersilie	Salz	Pfeffer

Für das Kohlgemüse:

$\frac{1}{4}$ Spitzkohl	100 g Rotkohl	1 Karotte
$\frac{1}{2}$ rote Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 grüner Apfel
50 g Kapern	50 g Walnüsse	Öl

Für das Carpaccio:

$\frac{1}{2}$ Gurke	1 Rispen tomate	1 rote Zwiebel
1 Limette	50 ml Balsamicoessig	100 ml Olivenöl
2 TL Dijonsenf	1 EL Honig	2 Zweige Minze
3 Zweige glatte Petersilie	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

2 EL rote Rettichsprossen

Für die Brotwürfel:

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Aus Ei, Grieß, Mehl, Hefe, Olivenöl, Wasser, Zucker und Salz einen Teig herstellen und kurz gehen lassen. Zu einem Brot formen und mit Sesam und Schwarzkümmel bestreuen. Im Ofen ca. 25 Minuten backen.

Für das Lammfleisch:

Den Ofen auf 200 Grad Heißluft vorheizen.

Ingwer schälen und kleinhacken. Knoblauch abziehen und feinhacken. Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Aus Ingwer, Limettensaft, Knoblauch, Joghurt, Papaya-Paste, Chilipulver, Garam Masala, Senfkörnern, Oregano, Thymian, Rosmarin, Kreuzkümmel, gemahlenem Kümmel und Salz eine Marinade für das Fleisch zubereiten.

Das Fleisch waschen, trocken tupfen, kurz marinieren und in einer Pfanne mit Öl von allen Seiten scharf anbraten. Das Fleisch herausnehmen und im Ofen weiter garen lassen.

Für die Joghurt-Sauce:

Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Zitrone halbieren, auspressen, den Saft auffangen und beiseite stellen.

Das Ei trennen und das Eigelb mit Senf, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben und mit einem Mixer zu Mayonnaise verarbeiten. Das Öl zuerst tröpfchenweise, dann in einem dünnen Strahl unter rühren dazugeben.

Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und mit der selbstgemachten Mayonnaise, Joghurt, Zitronensaft und Knoblauch vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Kohlgemüse:

Den Spitz- und Rotkohl waschen, den Strunk entfernen und klein schneiden. Den Knoblauch und die Zwiebel abziehen und fein hacken. In einer Pfanne mit Öl andünsten, den Spitz- und Rotkohl dazugeben und alles schmoren. Karotte und Apfel schälen und in Streifen schneiden. Zusammen mit den Walnüssen zu dem Kohl geben.

Für das Carpaccio:

Die Gurke waschen, die Enden entfernen und in feine Scheiben schneiden. Die Tomate waschen, halbieren, den Strunk entfernen und ebenfalls in feine Scheiben schneiden. Die Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden.

Die Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Die Minze und die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Aus Limettensaft, Balsamicoessig, Olivenöl, Dijonsenf, Honig, Minze, Petersilie, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen und über das Carpaccio geben.

Für die Garnitur:

Selbstgebackene Brotwürfel mit Lammfleisch, Joghurt-Sauce, Kohlgemüse und Tomaten-Gurken-Carpaccio mit Kresse garnieren, auf Tellern anrichten und servieren.

Lisa Bohm am 23. Oktober 2017

Crêpes mit rosa gebratenem Lamm, Zwiebel-Minz-Marmelade

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

4 Lammfilets à 80 g	2 Knoblauchzehen	1 Zweig Rosmarin
100 ml Lammfond	Rapsöl	Salz
schwarzer Pfeffer		

Für den Crêpe:

60 g Mehl	125 ml Milch	1 Ei
15 g weiche Butter	1 Prise Salz	1 Prise Zucker

Für die Zwiebel-Minz-Marmelade:

350 g rote Zwiebeln	50 g Zucker	150 ml Rotwein (Amselkeller)
30 ml Olivenöl	50 ml Apfelessig	2 Nelken
1 Lorbeerblatt	$\frac{1}{2}$ Zitrone	2 Zweige Minze
Salz	schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 70 Grad Umluft vorheizen.

Aus dem Mehl, Milch, je einer Prise Salz und Zucker und der weichen Butter einen Teig herstellen und quellen lassen.

Den Zucker karamellisieren, vorsichtig den Rotwein angießen und reduzieren lassen.

In der Zwischenzeit die roten Zwiebeln abziehen und in Spalten schneiden. Mit dem Rosmarin, den Nelken und dem Lorbeerblatt der Schale einer halben Zitrone und der Hälfte des Olivenöls stark köcheln lassen.

Löffelweise den Apfelessig zugeben, Bei milder Hitze weitere sieben Minuten dünsten.

Kräftig salzen und die Nelken und das Lorbeerblatt entfernen und warm halten.

Die Lammfilets waschen, trocken tupfen, salzen, pfeffern, mit den ungeschälten Knoblauch und dem Rosmarin rundherum braten. Anschließend herausnehmen und warm halten.

Den Bratensaft mit dem Lammfond aufgießen reduzieren lassen.

Das Ei unter den Crêpe-Teig rühren und vier kleine Crêpes abbacken.

Die Crêpes mit rosa gebratenem Lamm und Zwiebel-Minz-Marmelade und der Lammreduktion auf Tellern anrichten.

Petra Berscheid am 02. März 2015

Dekonstruierter Döner de luxe

Für zwei Personen

Fleisch:

300 g Lamm-Filet ½ TL Kreuzkümmel 4 Zweige glatte Petersilie
1 Chili-Schote (scharf) Rapsöl, Salz, Pfeffer

Krautsalat:

200 g Spitz-Kohl 2 EL Brandweinessig 4 EL Rapsöl
½ TL Salz ½ TL Zucker Salz, Pfeffer

Joghurt-Sauce:

200 g Joghurt 3,5% 10 Minz-Blättchen (frisch) 1 Limette
Salz, Pfeffer

Scharfe Sauce:

1 rote Paprika 100 ml Rotwein 200 g passierte Tomaten
2 EL Tomatenmark 1 MSP Baharat 1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel 1 EL Zucker 1 Limette
Salz, Pfeffer

Brotwürfel:

¼ Pide oder Fladenbrot 1 TL Schwarzkümmel 1 TL Baharat
Rapsöl, Salz, Pfeffer

Salat:

4 Cherry-Tomaten 1 kleiner Frisee-Salat 1 rote Zwiebel
Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Das Lammfilet in etwa acht Zentimeter lange und gleichmäßig dicke Stücke zuschneiden. Die Filets salzen, mit etwas Olivenöl bepinseln. Die Reststücke in sehr feine Würfel zu Hackfleisch schneiden. Die Petersilienblätter abzupfen, fein schneiden und zum Hackfleisch geben. Die Masse mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel abschmecken. Aus der Masse vier kleine Buletten formen und etwa zehn Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Die Filets und Buletten mit wenig Olivenöl in einer sehr heißen Pfanne schnell rundherum anbraten. Aus der Pfanne nehmen und im Backofen auf einem Gitter zehn Minuten fertig garen. Den Spitzkohl vierteln, den Strunk entfernen und so dünn wie möglich in feine Streifen schneiden, in einer Schale mit Salz und Zucker bestreuen und gut durchkneten. Nach etwa zehn Minuten den Salat mit Brandweinessig und Rapsöl vermischen. Anschließend mit Essig, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und sehr fein würfeln. Zusammen mit Zucker in einer Pfanne mit etwas Olivenöl glasig anschwitzen. Tomatenmark zufügen und anrösten. Die Paprika mit einem Sparschäler schälen, von Strunk und Kernen befreien und in grobe Würfel schneiden. In die Pfanne geben und kurz anrösten. Die passierten Tomaten dazu geben und etwa 5 min köcheln lassen. Die Sauce in einen Mixbehälter geben und fein mixen. Mit Baharat, Salz, Zucker und einem Spritzer Limettensaft abschmecken. Das Fladenbrot in zentimetergroße Würfel schneiden. In eine Schale geben und mit Rapsöl vermischen. Schwarzkümmel zufügen und mit Baharat abschmecken. In einer heißen Pfanne kurz anrösten. Den Salat in feine Stücke zupfen. Die Tomaten vierten und entkernen. In feine Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen, halbieren, von der Wurzel befreien und in sehr feine Streifen schneiden. Die Minzblättchen abzupfen und sehr fein schneiden. Mit dem Joghurt vermischen und mit einem Spritzer Limettensaft, Salz und Zucker abschmecken. Den „Dekonstruierten“ Döner Deluxe auf Tellern anrichten.

Torsten Kluske am 02. März 2015

Dreierlei von Lamm, Bohne, geräucherte Tomaten, Bulgur

Für 2 Personen

Für das Lamm:

150 g Lammhackfleisch	300g Lammlachs	2 Feigen
25 g Datteln	1 Schalotte	1 Ei
1 EL Erdnusskerne	50 g Butter	2 EL Pankomehl
50 g Ziegenfrischkäse	50 g Semmelbrösel	½ TL Currypulver
½ Bund Rosmarin	½ Bund Koriandergrün	75 ml Rapsöl
Salz	Pfeffer	

Für die Dreierlei Bohnen:

250 g Sau-Bohnen	100 g Prinzessbohnen	10 g geräucherter Speck
15 g Butter	½ weiße Zwiebel	1 Muskatnuss
Korianderkörner	Salz	Schwarzer Pfeffer

Für die geräucherten Tomaten:

6 Cocktailtomaten	25 g Räuchermehl, Buchenholz	6 g Korianderkörner
25 ml Olivenöl	Salz	Zucker
Pfeffer		

Für den Curryschaum:

100 ml Milch	1 TL Currypulver	Zucker
Salz		

Für den Bulgur:

75 g Bulgur	1 Orange	250 ml Geflügelfond
1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch	1 TL Tomatenmark
½ Bund Koriandergrün	½ TL Currypulver	Salz
Schwarzer Pfeffer		

Für die Garnierung:

1 EL Feigenmarmelade	1 Schale Rock Chives	1 Schale Erbsen-Kresse
1 Schale Shiso-Kresse		

Ofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Lammpraline Schalotte abziehen und hacken, in einem Esslöffel Öl glasig anbraten. Lammhack, Eier, gehacktes Koriandergrün, Curry und Schalotte zu einer glatten Masse mischen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kleine Bällchen formen und in einer Mischung aus Panko und gehackten Erdnüssen wälzen. Zehn Minuten vor Anrichten Bällchen bei milder Hitze in Rapsöl von allen Seiten anbraten.

Für die Lammroulade Hälfte des Lammlachses durch mehrere Schmetterlingsschnitte zu einem großen, dünnen Fleischstück zuschneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und fein gehackte Feigen, sowie gehackten Koriander auf Fleisch verteilen, zu einer langen Roulade einrollen und mit Holzspießen fixieren. In einer Pfanne mit Öl von allen Seiten anbraten und anschließend im Ofen garen. Rest Lammlachs mit Salz und Pfeffer würzen, in der Pfanne anbraten, zu der Roulade in den Ofen geben und rosa garen. Semmelbrösel, Butter, gehackte Datteln, zwei Zweige gehackten Rosmarin und Ziegenfrischkäse vermengen. Am Ende der Garzeit Masse darauf verteilen und unter Grillfunktion im Ofen bräunen.

Cocktailtomaten mit Bunsenbrenner außen abrennen bis sich Haut löst, mit einem Messer Haut abziehen. Boden eines Topfes mit Räuchermehl und Korianderkörnern ausstreuen und ein Stück Alufolie darüber legen. Topf auf den Herd stellen. Sobald sich dichter Rauch entwickelt, Tomaten dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Olivenöl darauf geben, Topf-Deckel halb

darauf legen und für fünf Minuten räuchern.

Für das Bohnenpüree Zwiebel abziehen und würfeln. Speck knusprig braten und Zwiebelwürfel mit anschwitzen. 150 Gramm Saubohnen dazugeben, pürieren und mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss abschmecken. Prinzessbohnen schräg in zwei Zentimeter lange Stücke schneiden und in Salzwasser blanchieren, in Eiswasser abschrecken. Kurz vor dem Anrichten restliche Saubohnen und Prinzessbohnen in Butter in einem Topf erwärmen und mit Salz, Pfeffer und Korianderkörnern aus der Mühle abschmecken.

Für den Bulgur Schalotte und Knoblauch abziehen, klein hacken und in einem Topf Rapsöl anbraten. Bulgur dazugeben und mit Fond weich kochen. Mit Tomatenmark, Salz, Pfeffer, gehacktem Koriander, Curry und etwas Abrieb einer Orange abschmecken.

Für den Curryschaum Milch in einem Topf aufkochen und Curry dazugeben. Mit Salz und einer Prise Zucker abschmecken. Vor dem Anrichten mit einem Stabmixer Milch aufschäumen.

Alle Komponenten auf Tellern anrichten, mit Feigenmarmelade und dreierlei Kresse garnieren und servieren.

Michael Reich am 18. November 2015

Gefüllte Lamm-Koteletts mit Remouladen-Soße, Feldsalat

Für zwei Personen

Für die gefüllten Lammkoteletts:

300 g Lammkaree	120 g weiße Champignons	1 Zwiebel
2 EL Butter	1 Ei	60 g Paniermehl
100g Mehl	½ Bund glatte Petersilie	400 ml Pflanzenöl
2 EL Pflanzenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Für die Remoulade:

1 TL Sardellen	1/2 Zitrone	2 Gewürzgurken
1 TL Kapern	1 Ei	1TL mittelscharfer Senf
10 ml Worcestershiresauce	1 Zweig glatte Petersilie	1 Zweig Kerbel
1 Zweig Estragon	125 ml Sonnenblumenöl	1 Prise Zucker
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für den Feldsalat:

100 g Feldsalat	3 Essblüten	5 Kirschtomaten
2 EL dunkler Balsamicoessig	1 TL mittelscharfer Senf	2 EL Olivenöl
1 Prise Zucker	Salz	schwarzer Pfeffer

Für die Füllung der Koteletts die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Die Champignons sauber bürsten und ebenfalls klein hacken. Zwei Esslöffel Öl sowie zwei Esslöffel Butter in einer Pfanne erhitzen und darin die Zwiebeln glasig dünsten, die Champignons dazugeben und so lange rösten, bis alle Flüssigkeit verdampft ist und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Vom Lammkaree Koteletts rausschneiden, eine Tasche einschneiden die Füllung hineingeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Panierstraße aus verquirltem Ei, Mehl und Paniermehl herstellen und die Lammkoteletts darin panieren. Das übrige Pflanzenöl in einem Topf erhitzen und darin die Lammkoteletts schwimmend goldgelb herausbacken.

Die Petersilie waschen, trocken tupfen, abzupfen und für die Garnitur beiseitelegen. Den Feldsalat waschen und trocken schleudern, die Kirschtomaten waschen und trocken tupfen. Aus dem Olivenöl, dem Balsamicoessig, dem Senf sowie einer Prise Zucker eine Vinaigrette herstellen und diese mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend den Salat mit der Vinaigrette marinieren und mit den Essblüten garnieren.

Für die Remoulade die Petersilie, den Kerbel und den Estragon waschen, abzupfen und klein hacken. Die Sardellen in feinste Stücke schneiden. Den Saft der Zitrone auspressen. Die Kaper sowie die Gewürzgurken ebenfalls klein hacken. Das Ei trennen und das Eigelb mit dem Senf und dem Zitronensaft sowie der Worcestershiresauce und dem Zucker verrühren und langsam das Sonnenblumenöl einfließen lassen und zu einer Mayonnaise verrühren. Abschließend die kleingehackten Kräuter und die anderen Zutaten untermengen und die Remoulade mit Salz abschmecken.

Die Koteletts mit der Remoulade und dem Feldsalat auf Tellern anrichten, mit der Petersilie garnieren und servieren.

Brigitte Kuhn am 23. März 2015

hcremesuppe mit Crostini

Für zwei Personen

Für die Lauch-Creme-Suppe:

200 g gemischtes Hackfleisch	2 Stangen Porree	150 g Schmelzkäse (Natur)
150 g Kräuterschmelzkäse	1 l Gemüsefond	Rapsöl
Salz	Pfeffer	

Für die Crostini:

$\frac{1}{2}$ Baguette	1 Zehe Knoblauch	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
50 g Butter	Rapsöl	

Für die Lauch-Creme-Suppe:

Das Hackfleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer heißen Pfanne mit etwas Fett anbraten. Mit dem Gemüsefond ablöschen und köcheln lassen. Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Porree waschen und von den Enden und der äußeren Schale befreien, dann halbieren und in Ringe schneiden. Porreeringe für etwa 10 Minuten im Salzwasser garen, dann durch ein Sieb abgießen und zur Suppe hinzugeben. Schmelzkäse unterheben und unter Rühren in der Suppe auflösen lassen.

Für die Crostini:

Vier schmale Scheiben vom Baguette abschneiden. Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen und die Crostini darin anrösten. Knoblauch abziehen, kleinhacken und mit der Butter vermengen. Crostini mit Knoblauchbutter bestreichen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Crostini mit Schnittlauch garnieren.

Die Lauch-Creme-Suppe in tiefen Tellern anrichten und mit Crostini servieren.

Gerda Bernhardt am 30. Mai 2017

Kräuter-Lamm-Filet mit Sommerkohl, Süßkartoffel-Würfel

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

2 Lammfilets à 150 g	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone
2 Zweige Rosmarin	3 Zweige Thymian	3 Zweige Minze
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Süßkartoffelwürfel:

1 Süßkartoffel	3 Frühlingszwiebeln	Butter, Salz, Pfeffer
----------------	---------------------	-----------------------

Für den Spitzkohl:

1 Spitzkohl	10 g Sommer-Trüffel	30 g Butter
3 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für das Fleisch die Lammfilets von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Pfanne mit Olivenöl aufstellen und andrückten Knoblauch und Rosmarinzweige hineingeben. Lammfilets in die Pfanne geben und ca. 5 Minuten rundherum braten.

Für den Spitzkohl in einem Topf Öl erhitzen. Spitzkohl in feine Streifen schneiden, ca. 100 g davon in einem Topf erhitzen und warten bis der Kohl zusammenfällt. Butter unterrühren und mit Trüffel, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Würfel die Süßkartoffel schälen, in Würfel schneiden und in einer Pfanne in aufgeschäumter Butter mit gehackten Frühlingszwiebeln goldgelb anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken-Thymian und Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Mit etwas Olivenöl, Zitronenabrieb und -saft verquirlen und über das Lamm geben.

Das Kräuter-Lammfilet mit getrüffeltem Sommerkohl und Süßkartoffel-Würfeln auf Tellern anrichten und servieren.

Christian Hölker am 07. Juli 2016

Lamm-Cheeseburger mit Pommes frites und grünem Spargel

Für zwei Personen

Für den Burger:

400 g Lammhackfleisch	50g Gorgonzola, mild	100 g junger Blattspinat
1 Apfel (Jonagold)	5 EL Tomatenketchup	1 rote Zwiebel
5 eingelegte Jalapenos	2 Burgerbrötchen	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die toskanischen Pommes:

$\frac{1}{2}$ kg vorw. festk. Kartoffeln	3 Zehen Knoblauch	2 Zweige Rosmarin
4 Zweige Thymian	2 l Erdnussöl	Meersalz
bunter Pfeffer	Olivenöl	

Für den Spargel:

1 Bund grüner Spargel (500g)	50 g Butter	1 TL Zucker
Salz	Pfeffer	

Für den Burger die Zwiebel abziehen und in dünne Ringe schneiden. Das Fleisch gut durchkneten, mit Salz und Pfeffer würzen und in fünf Zentimeter dicke Bouletten formen. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Bouletten jeweils auf einer Seite braten. Die fertig gebratenen Seiten mit Gorgonzola belegen und wieder in die Pfanne setzen. Die Unterseite fertig braten und die Pfanne mit einem Deckel abdecken, sodass der Gorgonzola oben schmilzt. Die fertigen Bouletten in Alufolie wickeln und ruhen lassen.

Für die Pommes die Kartoffeln waschen, trocken tupfen, schälen und in ein Zentimeter dicke Stifte schneiden. Die Kartoffelstifte für fünf Minuten in eine Schüssel mit Wasser legen. Anschließend trocken tupfen und mit Meersalz würzen. In einem Topf das Erdnussöl erhitzen und die Kartoffelstifte hinzugeben und für fünfzehn Minuten frittieren. Den Knoblauch abziehen, mit dem Messerrücken zerdrücken und nach dem Frittieren zu den Pommes frites hinzugeben. Die Kräuterblätter abzupfen, fein hacken und ebenso dazugeben.

Den Spargel waschen, trocken tupfen und die holzigen Enden abschneiden. In einem Topf Wasser mit dem Zucker und der Butter erhitzen und den Spargel hinzugeben bis er gar gekocht ist. Der Spargel soll noch leicht bissfest sein. Anschließend den gegarten Spargel in einer Pfanne mit etwas Butter anbraten und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Burgerbrötchen aufschneiden und in einer Pfanne mit etwas Öl die Innenseiten goldgelb toasten. Die Brötchenunterseite mit etwas Ketchup bestreichen. Den Apfel waschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden und ebenfalls auf die Brötchenunterseite legen. Die Lammbouletten, die dünnen Zwiebelringe sowie ein paar Blattspinat Blätter darauf legen, nach Belieben mit Jalapenos belegen, und mit der Brötchenoberseite schließen.

Die fertigen Burger mit dem Spargel und den Kartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Pascal Dieckmeyer am 12. Oktober 2015

Lamm-Curry nach Ceylon-Art mit Tempura-Obst und Basmati

Für zwei Personen

Für den Curry:

5 getrocknete Chilis	2 ½ EL Koriandersamen	1 EL Kreuzkümmel
½ Zimtstange	1 TL dunkle Senfkörner	1 TL Bockshornkleesamen
1 Gewürznelke	3 grüne Kardamomkapseln	1 EL gemahlener Kurkuma
1 TL gemahlener Ingwer	10 getr. Curryblätter	1 TL Pfefferkörner

Für das Garam Masala:

1 EL gem. Kreuzkümmel	1 ½ TL gem. Koriander	1 ½ TL gem. Kardamom
1 TL gem. Zimt	½ TL gem. Nelke	½ TL Muskatnuss
1 ½ TL Salz		

Für das Lamm-Curry:

2 Lammrückenfilets à 220 g	2 rote Chilis	2 rote Zwiebeln
5 Knoblauchzehen	1 Knolle Ingwer à 4 cm	200 ml Kokosmilch
2 EL Garam Masala (s.o)	2 EL Currypulver (s.o)	4 Zweige Koriander
75 g Kokosraspel	3 EL Pflanzenöl	

Für den Reis:

200 g Basmatireis	¼ TL feines Salz
-------------------	------------------

Für den Tempura-Teig:

50 g Mehl	50 g Stärke	1 Ei, Eiweiß
150 ml eiskaltes Wasser	1 EL Currypulver	¼ TL feines Salz

Für das Tempura-Obst:

1 kleine Ananas	1 Birne	1 Banane
50 g Butter	1 TL Currypulver (s.o)	¼ TL Garam Masala (s.o.)

Für den Curry:

Kardamomkapseln aufbrechen und die Samen herauslösen. Kardamom, Koriander, Chili, Zimt, Senfkörner, Bockshornkleesamen, Nelken und Pfeffer in einer Pfanne bei mittlerer Hitze etwa 3 Minuten kräftig rösten. Die Gewürze zusammen mit Kurkuma, Ingwer und den Curryblättern in einer Gewürzmühle zu einem feinen Currypulver mahlen.

Für das Garam Masala:

Für die Masala-Gewürzmischung Kreuzkümmel, Koriander, Kardamom, Zimt, Nelke und Muskat mit Salz in einer in einer Schüssel mischen.

Für das Lamm-Curry:

Die Chilischoten längs halbieren, die Kerne herauskratzen und fein hacken. Aus dem Garam Masala, Curry und gehackten Chilis mit etwas Wasser eine Paste herstellen. Die Zwiebeln abziehen, fein hacken und in einer Pfanne mit wenig Öl glasig dünsten. Knoblauch abziehen, Ingwer schälen und hinzugeben. Etwa 5 Minuten weiter dünsten, die Currypaste hinzugeben und das in Stücke geschnittene Lamm in die Pfanne geben.

Miteinander etwa 15 Minuten schmoren, 100 ml Wasser und Kokosmilch angießen. Kokosraspel dazugeben und die hinein geben und Ohne Deckel fertig schmoren. Kurz vor den servieren die Korianderblätter hinein rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Reis:

Den Reis waschen und in einen Topf geben, 500 ml Wasser aufgießen und salzen. Sobald der Reis kocht, auf niedrige Hitze zurück schalten und zugedeckt 20 Minuten garen.

Für den Tempura-Teig:

Mehl und Stärke in eine Schüssel sieben. Das Eiweiß in einer Schüssel mit Salz aufschlagen. Das Eiswasser zum Mehl geben und glatt rühren.

Eischnee und Currypulver unterrühren.

Die Ananas schälen, vierteln, vom Strunk befreien und in Stücke schneiden. Die Birne schälen und vierteln, Banane schälen und der Länge nach halbieren, dann in 5 cm lange Stücke schneiden. Butter in einer Pfanne aufschäumen und die Gewürze darin kurz anrösten. Die Pfanne vom Herd nehmen, die Früchte darin schwenken und heraus nehmen. Das Obst leicht mit Mehl bestäuben, im Tempurateig wenden und in heißem Fett goldbraun ausbacken.

Das Lamm-Curry nach Ceylon-Art mit Tempura-Obst und Basmati auf Tellern anrichten und servieren.

Josef Weber am 16. Mai 2017

Lamm-Döner, Bulgur-Salat, Gurke-Minz-Dip, Knoblauch-Soße

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Lammlachse à 200 g	1 Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
10 EL Pflanzenöl	$\frac{1}{2}$ TL Shawarma-Gewürz	$\frac{1}{2}$ TL gem. Kreuzkümmel
$\frac{1}{2}$ TL gem. Koriandersamen	$\frac{1}{2}$ TL edelsüßes Paprikapulver	$\frac{1}{2}$ TL Zimtpulver
Chili	Salz	

Für das Döner-Brot:

3 Eier	250 g Speisequark, 20%	20 ml Milch
300 g Mehl	50 g Zucker	1 Pkg. Backpulver
2 EL helle Sesamsaat	2 EL dunkle Sesamsaat	2 TL gem. Kreuzkümmel
1 Prise Salz		

Für den Bulgur-Salat:

150 g feiner Bulgur	$\frac{1}{2}$ Kopf Chinakohl	2 Fleischtomaten
3 Frühlingszwiebeln	1 Schalotte	5 Radieschen
$\frac{1}{2}$ Zitrone	50 g Granatapfelkerne	20 g Erdnusskerne
1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Minze	$\frac{1}{4}$ Bund Koriander
3 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Gurke-Minz-Dip:

$\frac{1}{2}$ Salatgurke	$\frac{1}{2}$ Zitrone	400 g Naturjoghurt
1 Bund Minze	1 TL getrocknete Minze	1 EL Olivenöl
Salz		

Für die Knoblauch-Sauce:

1 Zehe Knoblauch	1 Zitrone	100 g Joghurt (3,5%)
150 g Saure Sahne	3 EL Tahina	1 TL Paprikamark
2 TL Tomatenmark	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ TL gem. Kreuzkümmel
Salz	Pfeffer	

Für Füllung und Garnitur:

100 g Rotkohl	1 Gurke	1 Rispen tomate
1 gelbe Peperoni	1 grüne Peperoni	1 Zitrone
3 EL Olivenöl	1 EL weißer Balsamico-Essig	Zucker
Chili	Salz	Pfeffer

Ofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.

Ofen auf 140 Grad Umluft vorheizen.

Für den Bulgur-Salat Bulgur waschen und 20 Minuten in 300 Milliliter Wasser gar kochen. Petersilie, Minze und Koriander abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Chinakohl waschen und in feine Streifen schneiden. Tomaten waschen, Strunk entfernen und Fruchtfleisch würfeln. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Scheiben schneiden.

Schalotte abziehen und würfeln. Radieschen waschen, putzen und in feine Scheiben schneiden. Zitrone auspressen. Bulgur in ein sauberes Küchentuch geben und auspressen. Bulgur, Chinakohl, Tomaten, Frühlingszwiebeln, Schalotte, Radieschen, Granatapfelkerne, Erdnusskerne, Petersilie, Minze und Koriander miteinander vermengen. Mit Olivenöl und Zitronensaft abschmecken, mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Döner-Brot Mehl, Quark, zwei Eier, Backpulver, Zucker, eine Prise Salz und Kreuzkümmel zu einem Teig kneten, in Stücke unterteilen, runde Brötchen formen und diese im Ofen bei 160 Grad circa 15 bis 20 Minuten backen. Ein Ei trennen. Eigelb mit Milch und einem Esslöffel Wasser verquirlen.

Brötchen nach zehn Minuten Backzeit mit dem Mix bepinseln, mit Sesam bestreuen und zu

Ende backen. Anschließend kurz auskühlen lassen, dann eine Tasche in das Brot schneiden.

Für das Fleisch Lammlachse kalt abbrausen und trockentupfen. Knoblauch und Zwiebel abziehen. Zwiebel fein reiben, Knoblauch pressen. Paprikapulver, Chili, Shawarma-Gewürzmischung, Zimt, Kreuzkümmel, Koriandersamen, acht Esslöffel Öl, Knoblauch und Zwiebeln miteinander vermengen, Fleisch damit marinieren und durchziehen lassen. In einer beschichteten Pfanne zwei Esslöffel Öl erhitzen und das Lamm circa vier Minuten braten. Im Ofen bei 140 Grad 15 Minuten fertig garen. Dann mit Salz würzen und in feine Streifen schneiden.

Für den Gurke-Minz-Dip Gurke schälen und raspeln. Minze abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Zitrone auspressen. Joghurt, frische und getrocknete Minze, Olivenöl und ein Esslöffel Zitronensaft miteinander verrühren und mit Salz abschmecken. Gurkenraspel unter den Joghurt heben.

Für die rote Knoblauch-Sauce Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Zitrone auspressen. Knoblauch abziehen und pressen. Joghurt, Saure Sahne, Tahina und 50 Milliliter kaltes Wasser mit dem Schneebesen glattrühren. Knoblauch, Petersilie, Kreuzkümmel, Paprikamark und Tomatenmark hinzufügen, alles miteinander vermengen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Für die restliche Füllung Rotkohl waschen und in feine Streifen schneiden. Gurke waschen und in Scheiben schneiden. Tomate waschen, Strunk entfernen und in Scheiben schneiden. Peperoni waschen, halbieren, Kerne entfernen und fein hacken. Olivenöl, Essig, Zucker, Chili, Salz und Pfeffer zu einem Dressing verrühren. Rotkohl, Gurke, Tomate und Peperoni mit Dressing vermengen.

Zitrone waschen und in Spalten schneiden.

Döner-Brot mit Lammstreifen, Bulgur-Salat, Gurke-Minz-Dip, roter Knoblauch-Sauce und dem Rohkost-Salat befüllen und auf Tellern anrichten. Mit Zitronenspalten garnieren, beide Saucen extra dazu reichen und servieren.

Christian Stübinger am 22. November 2016

Lamm-Eintopf mit Gurken-Kräuter-Joghurt, Gewürz-Basmati

Für zwei Personen

Für den Eintopf:

1 Lammrücken à 300 g	60 g Strauchtomaten	1 Knolle Ingwer à 2 cm
1 Zwiebel	1 Orange	$\frac{1}{2}$ EL Tomatenmark
$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma	$\frac{1}{2}$ TL Zimtpulver	$\frac{1}{4}$ TL gemahlener Kardamom
1 Prise gemahlene Nelken	$\frac{1}{4}$ TL Kreuzkümmel	1 EL Wildrosenblätter
$\frac{1}{4}$ TL edels. Paprikapulver	1 Prise Anis	4 Safranfäden
1 Muskatnuss	40 ml Sonnenblumenöl	1 TL grobes Meersalz
$\frac{1}{2}$ TL Schwarzer Pfeffer		

Für den Reis:

300 g Basmati	30 g Berberitze	30 g gestiftete Mandeln
20 g gestiftete Pistazien	10 g getr. Orangenschalen	1 TL Zucker
4 Safranfäden	50 ml Sonnenblumenöl	30 g Butterschmalz
1 TL grobes Meersalz		

Für den Joghurt:

400 ml cremiger Joghurt 3,5%	1 Salatgurke	2 Stangen Frühlingszwiebel
30 g Rosinen	$\frac{1}{4}$ Bund Minze	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie
2 TL Wildrosenblätter	$\frac{1}{2}$ TL Meersalz	$\frac{1}{2}$ TL Schwarzer Pfeffer

Für den Eintopf Zwiebeln abziehen und Ingwer schälen, fein würfeln und in Öl goldbraun anbraten.

Das Fleisch waschen, trockentupfen und klein würfeln. Kurkuma mit andünsten.

Tomaten waschen, klein würfeln und mit Tomatenmark zum Fleisch hinzufügen.

Zimt, Kardamom, Nelke, Muskat, Kreuzkümmel, Wildrosenblätter, Paprika und Safran zum Eintopf geben und mit 80 Milliliter Wasser ablöschen und schmoren lassen.

Für den Reis diesen kurz mit Wasser waschen, mit 500 Milliliter Wasser und Meersalz in einen Topf zum Kochen bringen. Butterschmalz dem kochenden Reis hinzufügen und so lange kochen lassen, bis die Hälfte des Wassers verdampft ist. Topfdeckel in ein sauberes Geschirrtuch wickeln und auf den Topf legen. 20 Minuten auf mittlerer Stufe kochen lassen.

Mandeln mit 20 Milliliter Öl etwa zwei Minuten in einer Pfanne anrösten, auf Küchenkrepp geben und zur Seite stellen. Berberitzen mit kaltem Wasser waschen und mit Küchenkrepp trocknen. Orangenschalen, Zucker und Berberitzen mit 30 Milliliter Öl in die Pfanne geben und unter ständigem Umrühren circa zwei Minuten lang anbraten. Safran in einer Schüssel mit 50 Milliliter heißem Wasser zugedeckt ziehen lassen.

Für das Gurken-Kräuter-Joghurt Gurke in kleine Würfel schneiden. Minze und Petersilie abrausen, trockenwedeln und mit gehackten Frühlingszwiebeln klein und fein hacken. Rosinen mit kaltem Wasser waschen, mit dem Joghurt vermischen und mit Rosenblättern, Meersalz und Pfeffer abschmecken.

Sechs Esslöffel gekochten Reis mit dem Safransud vermischen. Vom Fleisch eine kleine Portion zum Anrichten aufheben.

Den Reis zu Hälfte auf flache Teller geben und das gekochte Fleisch mit der Sauce darauf verteilen. Mit dem restlichen Reis das Fleisch bedecken und mit der kleinen Portion Fleisch, Safranreis, Mandeln, Berberitzen-Mischung und Pistazien anrichten, Gurken-Kräuter-Joghurt dazu reichen und servieren.

Zohre Shahi am 12. Dezember 2016

Lamm-Feigen-Spieß mit Gurken-Minz-Dip und Gewürz-Reis

Für zwei Personen

Für den Lamm-Feigen-Spieß:

300 g Lammrückenfilet	1 rote Peperoni	1 Zehe Knoblauch
4 frische Feigen	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	1 TL Kumin
$\frac{1}{2}$ TL Zimt	5 EL Olivenöl	Meersalz
Pfeffer		

Für den Gewürzreis:

100 g Basmatireis	1 Schalotte	100 g Möhren
$\frac{1}{2}$ Orange	20 g Zucker	20 g Butter
20 ml Olivenöl	50 g gehackte Pistazien	20 g Mandelblätter
20 g getrocknete Cranberries	20 g Rosinen	1 g Safran
1 Prise Kardamom	1 Prise Kreuzkümmel	1 Prise Kurkuma
Salz		

Für den Gurken-Minz-Dip:

$\frac{1}{2}$ Salatgurke	1 Zehe Knoblauch	1 Zitrone
200 g griechischer Joghurt	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	1 Prise gemahlener Koriander
Salz	Pfeffer	

Für den Gurken-Minz-Dip Minze fein hacken, Knoblauch schälen und hacken. Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Zitronenschale abreiben. Joghurt mit Minze, Knoblauch und Gurke verrühren und mit Koriander, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Gewürzreis Basmati bissfest garen und auskühlen lassen. Pistazien und Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten. Von der Orange Zesten abreiben, Möhren schälen und grob raspeln. Zucker mit 100 Milliliter Wasser zu einem Sirup kochen, Möhren und Orangenzesten darin kurz aufkochen lassen und beiseite stellen. Cranberries und Rosinen mit kochendem Wasser übergießen und quellen lassen. Safran in einer Tasse mit heißem Wasser auflösen.

Schalotte schälen, fein hacken und in Butter und Olivenöl glasig dünsten. Kardamom, Kurkuma, Kreuzkümmel und Safran hinzugeben. Cranberries und Rosinen abtropfen lassen und zu der Zwiebel-Gewürz-Mischung geben. Pistazien, Mandeln, Möhrenraspel, Orangeschale und Zuckersud ebenfalls in die Pfanne geben. Basmatireis unterheben und alles kurz erhitzen.

Für die Lamm-Feigen-Spieße Peperoni von Stiel und Kernen befreien und in dünne Ringe schneiden. Lamm waschen, trocken tupfen und von Sehnen befreien. In große Würfel schneiden. Minze hacken, Knoblauch schälen und fein hacken. Olivenöl mit Zimt, Kumin, Salz, gehackter Minze und dem Knoblauch mischen und Lamm darin einlegen. Feigen waschen, trocken tupfen und halbieren. Holzspieße wässern und abwechselnd Fleisch und Feige auf die Holzspieße spießen und in einer Grillpfanne etwa sechs bis acht Minuten von beiden Seiten anbraten. Mit Meersalz und Pfeffer würzen.

Lamm-Feigen-Spieße, Gurken-Minz-Dip und Gewürzreis auf Tellern anrichten und servieren.

Lynn Harder am 11. November 2015

Lamm-Filet im Kräutermantel, Rotwein-Schalotten, Polenta

Für zwei Personen

Für das Lamm:

2 Lammfilets à 150 g	3 Scheiben Vollkorn-Knäckebrot	1 Bund Kräuter
1 Bund glatte Petersilie	1 Ei	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Rotwein-Schalotten:

200 ml Rotwein	100 g Schalotten	1 Zehe Knoblauch
1 EL Butter	1 Zweig Thymian	1 Prise Mehl
1 EL Puderzucker	1 Lorbeerblatt	Balsamicoessig
Salz	Pfeffer	

Für die Polenta-Taler:

60 g Maisgrieß	125 g geriebenen Gruyère	150 ml Milch
50 ml Sahne	50 ml Gemüsefond	1 Prise Muskatgewürz
Olivenöl		

Für das Lamm:

Den Ofen auf 170 Grad Ober/Unterhitze vorheizen.

Die Lammfilets waschen und trocken tupfen. Kräuter und Petersilie waschen, trocken tupfen und in ein hohes Gefäß geben. Knäckebrot in kleine Stücke bröseln und zusammen mit dem Ei und Olivenöl dazugeben. Alles gründlich pürieren bis eine streichfeste Masse entsteht. Hier kann man entweder mit mehr Olivenöl oder mehr Knäckebrot die gewünschte Konsistenz erreichen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Lamm mit Salz und Pfeffer würzen und kurz in etwas Olivenöl scharf anbraten.

Die beiden Filets nebeneinander auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und ca. 1 cm dick die Kräuter- Masse darauf streichen.

Für die Rotwein-Schalotten:

Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Butter in einem Topf schmelzen und den Knoblauch darin mit dem Puderzucker karamellisieren lassen. Schalotten etwas mit braten lassen und anschließend mit Rotwein aufgießen. Thymian und Lorbeerblatt hinzugeben. Mit Balsamico, Salz und Pfeffer abschmecken. Erst vor dem Servieren das Lorbeerblatt entfernen und den Sud mit dem Mehl abbinden.

Für die Polenta-Taler:

Milch mit Sahne und Fond aufkochen und Maisgrieß einrühren. Gelegentlich umrühren bis eine feste Masse entstanden ist. Gruyère und Muskat hinzugeben und ca. 1 cm dick auf ein Backblech streichen und abkühlen lassen. In der Zwischenzeit die Lammlachse in den Ofen schieben und ca. 5 Minuten garen lassen.

Wenn die Polenta abgekühlt ist, mit einem heißen Glas Taler ausstechen und mit etwas Olivenöl in einer Pfanne anbraten.

Das Lammfilet zusammen mit den Rotwein-Schalotten und den Polenta- Talern auf einem Teller anrichten und servieren.

Tabea Eckardt am 02. Januar 2017

Lamm-Filet mit Bohnen-Cannelloni

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

1 Lammrückenfilet à ca. 300 g	4 Zehen Knoblauchzehen	2 Zweige Rosmarin
250 ml Lammfond	Olivenöl	Meersalz
schwarzer Pfeffer		

Für die Bohnen-Cannelloni:

4 Scheiben San-Daniele-Schinken	300 g Keniabohnen	100 g Zuckerschoten
100 g Schneidebohnen	100 g Cannellinibohnen	8 Tomatenfilets
1 Schalotte	1 Knoblauchzehe	1 Ei
20 g Butter	2 EL Mehl	2 EL Semmelbrösel
20 g Parmesan	1 EL Bohnenkraut	Olivenöl
grobes Meersalz	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 140 Grad vorheizen.

Das Lamm waschen, trocken tupfen, leicht salzen und von beiden Seiten circa fünf Minuten anbraten. Den ungeschälten Knoblauch und die Rosmarinzweige dazugeben und im vorgeheizten Backofen circa zehn bis 15 Minuten garen. Aus der Pfanne nehmen und in Alufolie circa zehn Minuten am Herdbrand ruhen lassen. Anschließend nochmals salzen und pfeffern.

Salzwasser in einem Topf erhitzen. Die Tomatenfilets in Streifen schneiden. Die Schalotte und Knoblauchzehe abziehen und würfeln. Das Bohnenkraut waschen, trocken schütteln und fein schneiden. Die Bohnen von den Enden befreien und in kochendem Salzwasser blanchieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken.

Den Parmesan fein reiben. Eine Panierstraße aus Mehl, verquirlten Eiern und Semmelbrösel sowie dem Parmesan vorbereiten. Zwei Drittel der Keniabohnen gleichmäßig auf die vier Scheiben Schinken verteilen und einwickeln. Anschließend mehlieren, durch das verquirlte Ei ziehen und mit den Semmelbröseln und Parmesan panieren.

In Olivenöl knusprig ausbacken, aus der Pfanne nehmen und schräg halbieren.

Hannah Baunach am 15. April 2015

Lamm-Filet mit Chili-Garnelen und Steinpilzen

Für zwei Personen

Für das Surf and Turf:

1 Lammfilet à 300 g	200 g Riesengarnelen	1 rote Chili
1 Knolle Ingwer à 3 cm	1 Knoblauchzehe	1 Zweig Majoran
1 Zweig Oregano	Olivenöl	

Für den Weißweinschaum:

2 Schalotten	300 ml trockener Weißwein	1 Dose Kokosmilch
300 ml Gemüfefond	1 TL Speisestärke	neutrales Öl

Für die Steinpilze:

150 g getrocknete Steinpilze	1 Schalotte	1 Zweig Rosmarin
Olivenöl		

Für das Kürbis-Orangen-Mousse:

1 kleiner Hokkaido-Kürbis	1 Orange	200 ml Crème-fraîche
Salz	Pfeffer	

Zur Garnitur:

4 essbare Blüten

Den Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Kürbis-Orangen-Mousse den Kürbis waschen, vierteln, aushöhlen und in Würfel geschnitten in Salzwasser gar kochen.

Für den Weißweinschaum Schalotten abziehen, fein würfeln und in einem Topf mit Öl anschwitzen und mit Weißwein ablöschen. Anschließend mit Gemüfefond und Kokosmilch aufgießen und reduzieren lassen. Sauce mit etwas Speisestärke binden.

Für die Pilze diese in kaltem Wasser einweichen und fein hacken. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Schalotte abziehen, fein hacken und mit Pilzen und Rosmarin in einer Pfanne mit Öl anbraten.

Für das Surf and Turf das Lammfilet in einer Pfanne mit Öl rundum anbraten. Majoran und Oregano abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Das angebratene Fleisch darin wenden und im Ofen ruhen lassen. Die Garnelen waschen, trockentupfen und in der gleichen Pfanne mit Öl, einer gequetschten Knoblauchzehe, Ingwer und gehackter Chili angebraten.

Kürbis mit dem Saft einer Orange und Crème fraîche pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Lammfilet mit Chili-Garnelen, Weißwein-Schaum, Steinpilzen und Kürbis-Orangen-Mousse auf Tellern anrichten, mit essbaren Blüten garnieren und servieren.

Marko Dietrich am 23. Februar 2016

Lamm-Filet mit Kräuter-Tomaten und Rosmarin-Polenta

Für zwei Personen

Für die Lammfilets:

1 Lammfilet, 400 g	2 Knoblauchzehen	2 Zweige Thymian
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Kräuter-Tomaten:

2 große Strauchtomaten	1 Knoblauchzehe	1 Bund Petersilie
50 g Semmelbrösel	Olivenöl	Salz und Pfeffer

Für die Rosmarin-Polenta:

125 g Polenta	50 g Butter	125 ml Milch
125 ml Gemüsefond	30 g Parmesan	3 Zweige Rosmarin
Salz		

Für die Lammfilets:

Den Ofen auf 70 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Knoblauch abziehen und halbieren. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und mit Knoblauch und Thymianzweigen aromatisieren. Lammlachse waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch in der Pfanne unter Wenden ca. 2 Minuten kräftig anbraten, herausnehmen und auf dem Gitterrost im Ofen für weitere ca. 10 Minuten fertig garen. Fleisch bei geöffneter Ofentür ruhen lassen.

Für die Kräuter-Tomaten:

Den Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Tomaten halbieren, aushöhlen und mit Salz und Pfeffer bestreuen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Knoblauch, Petersilie, Semmelbröseln, Salz, Pfeffer und Olivenöl in einer kleinen Schüssel vermengen und in den Tomaten verteilen. Tomaten in eine Auflaufform geben und ca. 15 Minuten von oben überbacken.

Für die Rosmarin-Polenta:

Den Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, Nadeln abzupfen und grob hacken. 125 ml Fond und Milch aufkochen. Polenta hineinstreuen und kurz aufkochen. 5 Minuten auf kleinster Flamme quellen lassen. Parmesan grob reiben. Rosmarin, Butter und Parmesan hinzugeben und ca. 10 Minuten quellen lassen. Mit Salz abschmecken.

Lammfilet mit Kräuter-Tomaten und Rosmarin-Polenta auf Tellern anrichten und servieren.

Genevieve Soler am 03. August 2017

Lamm-Filet mit libanesischem Bulgur, Joghurt-Minz-Soße

Für zwei Personen

Für die Lammfilets:

250 g Lammfilets am Stück ½ EL Kreuzkümmel, gemahlen ½ TL Cayennepfeffer

½ EL Paprikapulver 1 EL Pflanzenöl

Für den Bulgur:

100 g Bulgur, grob 4 EL Fadennudeln 1 EL Margarine (von Rama)

300 ml Gemüsebrühe arab. Sieben-Gewürz-Mischung Olivenöl, Salz

Für die Joghurt-Minz-Sauce:

½ Gurke 1 Zehe Knoblauch 200 g Joghurt (3,5%)

1 TL getrocknete Minze 4 Stängel frische Minze 1 Zitrone

1 TL Olivenöl Salz

Für das Lammfilet die Filets waschen, trocken tupfen und in einer Mischung aus Kreuzkümmel, Cayennepfeffer und Paprikapulver wälzen. Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen und die Filets darin auf jeder Seite eine bis zwei Minuten braten.

Für den Bulgur Öl in einem Topf erhitzen. Fadennudeln hineingeben und schwenken, bis sie schön braun sind. Danach den Bulgur dazugeben und circa zwei Minuten mit anbraten. Mit Gemüsebrühe ablöschen, mit Salz und arabischer Gewürzmischung abschmecken. Zugedeckt circa fünf Minuten leicht köcheln lassen. Danach den Herd ausstellen und zugedeckt 15 Minuten stehen lassen. Vor dem Servieren einmal durchrühren.

Für die Joghurt-Minz-Sauce Gurke schälen und raspeln. In einer Schüssel Joghurt, frische und getrocknete Minze und Olivenöl mit einem Schneebesen verrühren. Knoblauch abziehen, kleinhacken und hinzugeben. Gurken hinzufügen, mit einem Esslöffel Zitronensaft und Salz abschmecken und kühl stellen.

Lammfilets mit Bulgur und Joghurt-Minz-Sauce auf Tellern anrichten, mit Minze garnieren und servieren.

Noura Veltrup am 14. Juli 2016

Lamm-Filet mit Ratatouille, Knoblauch-Buttermilch-Soße

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

2 Lammfilets á 60-80 g	1 Zwiebel, weiß, klein	1 Zehe Knoblauch
3 Zweige Thymian	1 Lorbeerblatt	300 ml Buttermilch
1 EL Butter, kalt	2 cl Rinderfond	2 EL Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für das Ratatouille:

1 Aubergine	1 Zucchini	1 Paprika, rot
1 Paprika, gelb	1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
400 g Tomaten	Tomatenmark	1 Zweig Oregano
1 Zweig Basilikum	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen in der Warmhaltefunktion vorheizen.

Für das Lammfilet die Zwiebel und den Knoblauch abziehen, halbieren und in Scheiben schneiden.

Den Thymian waschen und trockenschütteln. Die Lammfilets waschen, trocknen und mit etwas Salz und ein wenig Pfeffer würzen.

Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Lammfilets kräftig anbraten. Die Filets herausnehmen und kurz im Ofen warmhalten. Die Zwiebel in der Pfanne andünsten und mit dem Rinderfond ablöschen. Die Buttermilch, den Knoblauch, das Lorbeerblatt und die Thymianzweige hinzugeben und das Ganze mit etwas Salz, ein wenig Pfeffer würzen und aufkochen lassen.

Die Aubergine, die Paprika und die Zucchini waschen. Die Enden der Aubergine und der Zucchini entfernen und in kleine Würfel schneiden. Die Paprika halbieren, die Kerne und das Kerngehäuse entfernen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Den Knoblauch und Zwiebel abziehen und würfeln. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und den Knoblauch und die Zwiebeln andünsten. Anschließend die Aubergine, die Paprika und die Zucchini dazugeben.

Die Lammfilets in den kochenden Buttermilchsud legen und vom Herd nehmen. Etwa sechs bis sieben Minuten ziehen lassen, bis die innen noch rosa sind.

Die Tomatenstücke zu dem Ratatouille hinzufügen und eventuell mit etwas Tomatenmark abschmecken. Den Oregano, den Thymian, den Rosmarin und das Basilikum hinzugeben. Mit etwas Salz und ein wenig Pfeffer würzen und schmoren lassen.

Die Filets erneut aus dem Sud nehmen und den Sud mit etwas Salz und ein wenig Pfeffer abschmecken. Den Sud durch ein Sieb geben, die kalte Butter hinzufügen und mit dem Stabmixer schaumig aufschlagen.

Die Lammfilet mit Ratatouille und Knoblauch-Buttermilch-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Orietta Stein am 13. Mai 2015

Lamm-Filet mit Rotwein-Feigen, Ofen-Gemüse und Couscous

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

2 Lammfilets, à 200 g	1 Knoblauchzehe	3 Zweige Thymian
Cayennepfeffer	gemahlener Kreuzkümmel	gemahlener Koriander
Olivenöl	Salz	arab. 7-Gewürz-Pfeffer

Für die Rotwein-Feigen:

2 frische Feigen	100 ml Rotwein	50 ml Cassissirup
1 Zitrone	1 EL Puderzucker	1 EL Butter

Für den Dattel-Zimt-Couscous:

150 g Couscous	50 g Datteln mit Kern	3 EL Mandelkerne
$\frac{1}{2}$ TL Zimt	2 TL Pflanzenöl	6 EL Orangensaft
2 EL Butter	gemahlener Kreuzkümmel	Salz
arab. 7-Gewürz-Pfeffer		

Für das Ofengemüse:

150 g Möhren	150 g Pastinaken	200 g Butternusskürbis
1 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl	1 Orange
$\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel	$\frac{1}{2}$ TL Koriandersamen	1 EL flüssiger Honig
30 g Pinienkerne	1 Zweig glatte Petersilie	Salz, Pfeffer

Für das Lammfilet: Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Lammfilets mit Kreuzkümmel, Cayennepfeffer und Koriander würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Knoblauchzehe abziehen und mit dem Thymianzweig gemeinsam zum Lammfilet in die Pfanne geben. Das Lammfilet kurz von beiden Seiten scharf anbraten. Das Lammfilet etwa 10 Minuten im Backofen weitergaren lassen. Mit Salz und 7-Gewürz-Pfeffer würzen.

Für die Rotwein-Feigen: Die Feigen schälen und vierteln. Puderzucker in einem Topf karamellisieren lassen. Mit Rotwein und Cassissirup ablöschen. Butter und $\frac{1}{2}$ TL Zitronenzesten hinzufügen, bei mittlerer Hitze ca. 15 einkochen. Anschließend Feigen im Sud marinieren.

Für den Dattel-Zimt-Couscous: Datteln in Streifen schneiden und den Kern entfernen. Zimt mit 150 ml gesalzenem Wasser aufkochen. Couscous gemeinsam mit dem Öl dazu geben und bei ausgeschalteter Platte 5 Minuten quellen lassen. Anschließend 1 EL Butter untermischen und auflockern. Mandelkerne und Datteln in einer Pfanne mit 1 EL Butter anrösten. Orangensaft zugeben, mit Salz, 7-Gewürz-Pfeffer und Kreuzkümmel würzen, anschließend mit dem Couscous vermengen.

Für das Ofengemüse: Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Möhren und Pastinaken schälen und in größere Stücke schneiden. In reichlich kochendem Salzwasser ca. 2 Minuten blanchieren, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Kürbis schälen, längs vierteln, entkernen und in ca. $\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben schneiden. Für die Marinade Knoblauch schälen und fein hacken. Orange auspressen. Knoblauch mit Öl, 1 EL gepressten Orangensaft, Kreuzkümmel, Koriander, Honig, etwas Salz und Pfeffer verrühren. Möhren, Pastinaken, Kürbis und Pinienkerne mit der Marinade auf ein Blech geben und mischen. Im heißen Ofen 15 Minuten rösten. Vor dem Servieren Petersilie hacken und Gemüse damit bestreuen.

Lammfilet mit Rotwein-Feigen, Couscous und Ofengemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Noura Veltrup am 14. November 2017

Lamm-Filet mit Rotwein-Zwiebeln und Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

3 Lammfilets à 100 g	50 g Pinienkerne	1 Bund Basilikum
1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Minze
50 ml Olivenöl	Keimöl	Salz, Pfeffer

Für die Rotwein-Zwiebeln:

200 g kleine, rote Zwiebeln	1 Zehe Knoblauch	200 ml Sahne
250 ml trockener Rotwein	1 TL Kräuter de Provence	1 TL gemahlene Curcuma
1 TL Baharat-Gewürzmischung	1 TL 5-Gewürze-Mischung	Zucker
Zimt	2 Orangen (Saft)	

Für den Kartoffelstampf:

200 g mehligk. Kartoffeln	1 EL Butter	1 EL Sahne
Muskatnuss	2 Frühlingsrollenplatten	Sonneblumenöl, Salz

Für das Lammfilet:

Den Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Basilikum, Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett kurz goldbraun rösten. Anschließend Pinienkerne, Basilikum, Minze und Olivenöl in eine Moulinette geben und zu Pesto vermengen. Lammfilets salzen, pfeffern und mit dem Pesto einreiben.

Einen Bräter mit Keimöl erhitzen und das Fleisch darin rundherum anbraten und herausnehmen. Fleisch im vorgeheizten Backofen für etwa 20 Minuten rosa garen. Anschließend die Lammfilets herausnehmen, in Alufolie wickeln und 5 Minuten ruhen lassen. Vor dem Servieren in Tranchen schneiden.

Für die Rotwein-Zwiebeln:

Zwiebeln abziehen und in Scheiben schneiden. Knoblauch abziehen und andrücken. Zwiebeln und Knoblauch in den Bräter geben, in dem die Lammfilets angebraten wurden und im Bratfett andünsten, Kräuter de Provence, gemahlene Curcuma, Baharat-Gewürzmischung und 5-Gewürze-Mischung hinzugeben und ebenfalls andünsten. Anschließend mit etwas Rotwein ablöschen und im offenen Bräter 10 Minuten unter der Zugabe von Rotwein reduzieren lassen. Während die Flüssigkeit verkocht, immer noch etwas Rotwein zugeben und gleich am Anfang des Kochprozesses mit Zucker und Zimt durchziehen lassen. Orangen auspressen und den Saft dazugeben. Die Sauce eventuell noch mit etwas Sahne abbinden.

Für den Kartoffelstampf:

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen und zum Kochen bringen. Kartoffeln schälen, klein schneiden und im kochenden Wasser gar kochen. Anschließend mit Butter, Sahne und etwas Muskat abschmecken und stampfen.. Stampf in ausgerollte Frühlingsrollenblätter rollen und in der Fritteuse frittieren.. Gebratenes Lammfilet mit Rotwein-Zwiebeln und knusprigem Kartoffelstampf auf Tellern anrichten und servieren.

Linda Koch am 27. April 2017

Lamm-Filet mit Taleggio-Schaum und Rotkohl-Risotto

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

2 Lammfilet, à 150 g	1 Zehe Knoblauch	2 EL Olivenöl
20 g Butter	3 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian
grobes Meersalz	Pfeffer	

Für den Schaum:

100 g Taleggiokäse	125 ml Gemüsefond	100 ml Sahne
2 Schalotten	Olivenöl	

Für das Risotto:

100 g Risottoreis	1 Rotkohl	1 Schalotte
20 g Parmesan, am Stück	500 ml Gemüsefond	60 ml trockener Weißwein
30 g Butter	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	Pfeffer, Salz

Für das Risotto Reis waschen und abtropfen lassen. Gemüsefond in einem Topf erwärmen. Schalotte abziehen und fein schneiden. Rotkohl in feine Streifen schneiden. 20 Gramm Butter in einem Topf schmelzen, Schalotten und Rotkohl darin glasig dünsten. Reis dazugeben und unter Rühren ebenfalls glasig dünsten. Mit Salz würzen und mit Weißwein ablöschen. Hitze reduzieren und Wein auf ein Viertel einkochen lassen. Nach und nach den Gemüsefond zugießen, so dass der Reis nur wenig bedeckt ist. Unter leichtem Köcheln das Risotto etwa 15 Minuten garen und des Öfteren umrühren. Parmesan reiben. Zum Schluss restliche Butter und Parmesan unterziehen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Schaum Schalotten abziehen, klein schneiden und in einer Pfanne mit einem Schuss Olivenöl anschwitzen. Käse klein schneiden und zu den Schalotten geben. Schalotten und Käse mit Gemüsefond und Sahne aufgießen und reduzieren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren die Sauce in ein hohes Gefäß gießen und mit dem Pürierstab schaumig aufschlagen. Für das Fleisch Filets waschen und trocken tupfen. Knoblauch abziehen und mit dem Messerrücken andrücken. Nadeln vom Rosmarin abstreifen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Lammfilets darin mit Knoblauch, Thymian und Rosmarin bei starker Hitze zwei Minuten rundum anbraten. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Butter dazugeben und schmelzen. Die Lammfilets in der Butter schwenken und kurz ruhen lassen.

Das Risotto auf tiefe Teller geben, das Lamm darauf legen, den Schaum darüber geben, mit Schnittlauch garnieren und servieren.

Laura Bernhard am 25. Januar 2016

Lamm-Filet, Kartoffel-Erbsen-Stampf, mediterrane Tomaten

Für zwei Personen

Für das Lamm mit den Tomaten:

400 g Lammfilet	12 kleine Cocktailtomaten	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	3 Zehen Knoblauch	1 EL Puderzucker
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Stampf:

300 g mehligk. Kartoffeln	200 g Tiefkühl-Erbsen	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
2 EL Butter	20 ml Sahne	60 ml Gemüsefond

Für den Stampf Kartoffeln schälen, waschen und klein würfeln. Die Kartoffeln in kochendes Salzwasser geben, nach acht Minuten die Erbsen hinzugeben.

Nach weiteren fünf Minuten Kartoffeln und Erbsen abgießen. Eine Handvoll Erbsen beiseite stellen. Schnittlauch waschen, trocknen und klein hacken. Kartoffeln und Erbsen stampfen und etwas Gemüsefond und Sahne einrühren, die Butter unterheben und das Püree mit Schnittlauchröllchen und Erbsen garnieren.

Für das Lammfilet dieses waschen und trocken tupfen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch abziehen und klein hacken, Rosmarin und Thymian abbrausen und trocken wedeln. Lamm in einer Pfanne in etwas Olivenöl mit Knoblauch, Rosmarin und Thymian anbraten. Die Cocktailtomaten abbrausen und am Strunk hinzugeben und leicht mitbraten. Den Puderzucker darüber stäuben.

Das Lammfilet aus der Pfanne nehmen, in Alu-Folie wickeln und ruhen lassen.

Das Lamm mit dem Stampf und den Tomaten auf Tellern anrichten und servieren.

Sabine Kaiser am 28. April 2016

Lamm-Filet, Kartoffel-Karotten-Gemüse und Minz-Soße

Für 2 Personen

Für das Lamm:

2 Lammfilets à 150 g Olivenöl Pfeffer
Salz

Für die Minzsauce:

1 Schalotte 150 ml Weißweinessig 25 g Zucker
 $\frac{1}{2}$ Bund Pfefferminze, frisch Salz

Für die Kartoffeln:

300 g Kartoffeln, festkochend 40 g Butter Salz
schwarzer Pfeffer

Für die Karotten:

300 g Karotten 100 g braune Butter 30 g Zucker
 $\frac{1}{4}$ Bund Petersilie 100 ml Schlagsahne

Für die Garnitur: 1

$\frac{1}{2}$ Bund Minze

Den Backofen auf 150 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Das Lammfilet waschen und trocken tupfen. Anschließend mit Salz und Pfeffer einreiben und in Olivenöl scharf anbraten. Dann im vorgeheizten Backofen circa zehn bis zwölf Minuten garen lassen.

Die Schalotte abziehen und fein würfeln. Die Schalottenwürfel mit dem Weißweinessig, dem Zucker und einer Prise Salz in einen Topf geben und kurz aufkochen lassen. 50 Milliliter Wasser dazugeben und etwas reduzieren lassen. Die Pfefferminze hacken, zugeben und sämig einrühren. Die Kartoffeln schälen und würfeln. Dann in kochendem Salzwasser blanchieren und anschließend in Butter anbraten. Die Pfanne dann in den Ofen stellen, damit die Kartoffeln weitergaren, bis sie goldbraun sind. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Karotten von den Enden befreien, schälen und würfeln. Die Petersilie kleinhacken. Die Karotten in der braunen Butter anbraten. Zucker, Salz und Petersilie zugeben. Anschließend nach Wunsch noch etwas Sahne einrühren.

Zum Anrichten das Fleisch in dünne Scheiben schneiden und auf zwei Teller legen. Die Minzsauce darübergeben und mit den Karotten und Kartoffeln garnieren. Die frischen Minzeblätter auf das Fleisch legen und servieren.

Hannah Baunach am 20. April 2015

Lamm-Filet, orientalischer Couscous-Salat, Minz-Joghurt

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

200 g Lammfilet	1 Zehe Knoblauch	2 Zweige Rosmarin
1 EL Pflanzenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Für den Couscoussalat:

100 g Instant-Couscous	2 Zehen Knoblauch	1 Zwiebel
50 g Sellerie	1 Möhre	$\frac{1}{2}$ Salatgurke
2 Tomaten	2 Lauchzwiebeln	1 rote Paprika
1 gelbe Paprika	1 Zitrone	50 g Rosinen
250 g cremiger Fetakäse	1 TL Senf	3 EL Tomatenmark
4 EL Ajvar	1 TL Harissapaste	1 Bund Petersilie
1 Msp gemahlener Kreuzkümmel	5 TL Ras-el-Hanout	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	1 EL Olivenöl	3 TL Meersalz

Für den Minzjoghurt:

200 g griechischer Joghurt	2 Stiele Minze	1 Msp Chilipulver
Salz		

Zum Garnieren:

Petersilie	weißer Pfeffer
------------	----------------

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Den Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden.

Das Fleisch waschen und trocken tupfen.

Einen Esslöffel Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Das Fleisch mit den Rosmarinzweigen darin von jeder Seite drei Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss den Knoblauch mit braten. Anschließend im Backofen garziehen lassen.

Für den Couscous-Salat 200 Milliliter Wasser mit drei Teelöffeln Meersalz in einem Topf aufkochen.

Den Sellerie und die Möhre schälen und die Zwiebel und eine Zehe Knoblauch grob abziehen. Alles grob schneiden und mit zwei Esslöffeln Ras el Hanout, Thymian und Rosmarin in das heiße Wasser geben und zehn Minuten köcheln lassen. Anschließend durch ein Sieb in den Couscous einrühren, vom Herd nehmen und zugedeckt fünf Minuten quellen lassen. Anschließend mit einer Gabel auflockern.

Die Paprika schälen und die Gurke schälen. Die Tomaten, die Paprika und die Gurke würfeln. Die Lauchzwiebeln in Ringe schneiden. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Den Fetakäse in Würfel schneiden. Den restlichen Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Die andere Hälfte kann anderweitig verwendet werden.

Den Couscous mit dem Gemüse, dem Feta, dem Knoblauch und der Petersilie mischen. Einen Esslöffel Öl mit der Harissapaste, dem Ajvar, dem Tomatenmark, dem Senf, Salz, Pfeffer, dem Kreuzkümmel, dem restlichen Ras el Hanout und mit zwei Esslöffeln Zitronensaft verrühren. Die Masse unter den Salat rühren. Die Rosinen klein schneiden und untermengen. Kühl stellen. Für den Minzjoghurt die Minze waschen, trocken schütteln und fein hacken. Mit dem Joghurt verrühren. Anschließend mit Salz und Chilipulver abschmecken.

Das Lammfilet mit dem Couscoussalat auf Tellern anrichten. Den Minzjoghurt in einem Schälchen anrichten. Mit Petersilie und frischem Pfeffer garniert servieren.

Jenny Höhne am 11. März 2015

Lamm-Karrée mit Steinpilz-Tagliatelle

Für zwei Personen

Für die Tagliatelle:

150 g Mehl 1 Ei 2 EL Trüffelöl
Salz

Für die Steinpilze:

80 g getr. Steinpilze 1 Schalotte ½ Knoblauchzehe
50 ml Weißwein 50 ml Lammfond 1 Zweig Rosmarin
1 EL Trüffelbutter Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für das Lammkarree:

4 Lammkarree 1 Knoblauchzehe 3 TL Olivenöl
2 Zweige Rosmarin 3 Zweige Thymian 1 TL Oregano
Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für die Garnitur:

4 Cherrytomaten schwarzer Trüffel

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Die Steinpilze zum Aufweichen in etwas Wasser geben. Für den Nudelteig das Mehl mit dem Ei, einer Prise Salz und einem Esslöffel Trüffelöl zu einem glatten Teig verkneten. Nach Bedarf noch etwas Mehl dazugeben, bis der Teig sich leicht von den Fingern löst. Den Teig zu einer Kugel formen und in Frischhaltefolie verpackt 20 Minuten zum Ruhen in den Kühlschrank geben. Für das Lammkarree das Fleisch waschen und trocken tupfen. Den Knoblauch abziehen und klein hacken. Den Thymian und den Rosmarin vom Strunk befreien. Das Lammkarree beidseitig salzen und mit dem Olivenöl bestreichen. Das Fleisch auf beiden Seiten mit dem Knoblauch, dem Thymian und dem Rosmarin einmassieren. Das Lammkarree kurz ziehen lassen. Für die Steinpilze die Schalotte und den Knoblauch abziehen, klein hacken und mit dem Rosmarin in etwas Olivenöl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze andünsten. Die eingeweichten Steinpilze aus dem Wasser nehmen und die Flüssigkeit ausdrücken. Die Steinpilze in die Pfanne geben, die Temperatur erhöhen und alles kurz dünsten. Die Steinpilze mit dem Weißwein ablöschen. Anschließend den Lammfond dazugeben und einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die marinierten Lammkarrees in einer Pfanne in etwas Olivenöl 20 bis 30 Sekunden pro Seite anbraten. Aus der Pfanne nehmen, mit dem Oregano bestreuen, in Alufolie einwickeln und ruhen lassen. Den Nudelteig ausrollen und mit der Nudelmaschine zu Tagliatelle verarbeiten. Die rohen Tagliatelle großzügig mit Mehl bestreuen, sodass die restliche Feuchtigkeit dem Teig entzogen wird. Die Tagliatelle im kochenden Salzwasser zwei bis drei Minuten bissfest kochen. Das Wasser abschütten und die Nudeln mit dem restlichen Trüffelöl beträufeln. Im Bratensud der Lammkarrees die Steinpilzmischung und die Tagliatelle mit einem Esslöffel Trüffelbutter heiß schwenken. Vor dem Servieren die Cherrytomaten kurz in einer Pfanne mit etwas Olivenöl anbraten. Die Steinpilz-Tagliatelle in Nester auf Tellern mit den Lammkarrees anrichten, etwas Trüffel darüberreiben und mit den Cherrytomaten garnieren und servieren.

Dimitrios Kaltsidis am 02. Februar 2015

Lamm-Karree mit Erbsen-Püree und glasierten Maronen

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

500 g Lammkarree am Knochen Öl Salz

Für das Erbsenpüree:

350 g gefrorene Erbsen 2 Zehen Knoblauch 2 Zweige Estragon
2 Zweige Minze 2 Zweige Thymian 2 Zweige Rosmarin
1 EL Kartoffelstärke 100 g kalte Butter Salz, Pfeffer

Für die glasierten Maronen:

100 g vorgek. Maronen 50 g Zucker 1 EL Johannisbeerenmarmelade
2 frische Lorbeerblätter 50 ml trockener Weißwein 50 ml Apfelsaft
100 ml Kalbsfond 1 Orange 1 Stange Zimt

Für das Lammkarree:

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Lammkarree salzen und in einer Pfanne mit Öl scharf anbraten. Für ca. 20 Minuten in den Ofen geben.

Für das Erbsenpüree:

Die Erbsen in einem Topf mit Salzwasser weichkochen. Flüssigkeit abgießen und die Erbsen zu einem glatten Püree verarbeiten.

Kartoffelstärke dazugeben. Estragon, Minze, Thymian und Rosmarin abbrausen und trocken wedeln. Erbsen mit etwas Minze und Estragon vermengen.

Lammkarree aus dem Ofen holen, fünf Minuten ruhen lassen und in schaumiger Butter mit Thymian, Rosmarin und angedrückten Knoblauchzehen erhitzen.

Erbsenpüree mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Butter vermengen.

Für die glasierten Maronen:

Zucker in einer Pfanne mit etwas Wasser zu Karamell verarbeiten. Maronen hinzugeben und mit Weißwein und Apfelsaft ablöschen. Mit etwas Fond auffüllen, Lorbeer, Zimtstange und Orangen-Zeste hinzugeben. Maronen reduzieren lassen und nach 15 Minuten die Gewürze entfernen. Mit etwas Johannisbeerenmarmelade abschmecken und bei geringer Hitze warmhalten.

Lammkarree mit Erbsenpüree und glasierten Maronen auf Tellern anrichten und servieren.

Max Ziegler am 28. November 2017

Lamm-Karree mit Kräuter-Kruste und Rotwein-Soße

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

1 Lammkarree, à 400 g	50 g Parmesan	50 g Semmelbrösel
1 Ei	1 EL mittelscharf Senf	3 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	½ Bund Petersilie	60 g Butter
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Für die Kartoffeln:

6 festk. Kartoffeln	4 Zweige Rosmarin	6 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Bohnen:

250 g Prinzessbohnen	50 g Speck, am Stück	2 Zwiebeln
50 g Butter	Muskatnuss	Salz
Pfeffer		

Für die Sauce:

3 Schalotten	50 ml trockener Rotwein	50 ml Lammfond
--------------	-------------------------	----------------

Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Fleisch Lammkarree waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne mit Öl anbraten. Anschließend für 10 Minuten in den Ofen geben. Für die Kruste Thymian, Rosmarin und Petersilie fein hacken. Ei aufschlagen und Parmesan reiben. Semmelbrösel mit Parmesan, Kräutern, Butter und Ei vermischen. Lammkarree auf dem Ofen nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Senf und der Kräutermasse bestreichen. Anschließend zum fertig garen kurz zurück in den Ofen geben.

Für die Sauce Schalotten abziehen, würfeln und im Bratensatz anbraten, mit Rotwein und Lammfond ablöschen und zu einer Sauce reduzieren lassen.

Für die Kartoffeln diese schälen, würfeln und in einem Topf mit Olivenöl bei niedriger Hitze garen. Rosmarinzweige hinzu geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Bohnen diese in kochendes Wasser geben und einen Moment kochen lassen.

Anschließend in einer Schüssel mit kaltem Wasser abschrecken. Zwiebeln abziehen und diese sowie Speck in feine Würfel schneiden. In einer Pfanne Butter erhitzen und Bohnen darin schwenken, Zwiebeln und Speck dazugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Lammkarree aufschneiden und auf Tellern anrichten. Rosmarinkartoffeln und Speckbohnen dazugeben und servieren.

Christian Fuchs am 18. Februar 2016

Lamm-Karree mit Pinienkern-Honig-Kruste, Kartoffel-Püree

Für zwei Personen

Für die Lammkarrees:

6 Lammstielkarrees	1 Zitrone	100 g Pinienkerne
200 g Semmelbrösel	2 Zweige Thymian	1 Bund glatte Petersilie
2 Zweige Rosmarin	? Honig	100 g Butter
Salz	Pfeffer	

Für das Kartoffelpüree:

300 g festk. Kartoffeln	200 ml Milch	200 ml Sahne
1 Bund Frühlingszwiebeln	Chili	Salz
Pfeffer		

Den Backofen auf 200 Grad Ober/-Unterhitze vorheizen.

Die Butter mit dem Honig in einem Topf schmelzen. Die Thymianblätter zupfen und dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Semmelbrösel und die Pinienkerne und die Buttermischung rühren. Die Lammfilets waschen und trocken tupfen. Die Pinienkern-Honig-Kruste auf die Lammkarrees geben und im Backofen 15 Minuten garen.

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen. Anschließend abschütten und ausdampfen lassen. Die Kartoffeln pressen. Das grüne der Frühlingszwiebel mit der Milch und der Sahne aufkochen. Anschließend Pürieren und die machen zu den gepressten Kartoffeln geben und vermengen.

Die Lammkarrees auf einem Teller anrichten, das Kartoffelpüree dazugeben und servieren.

Frank Schüler am 16. Juli 2015

Lamm-Karree mit Rote-Bete-Crêpe und Erbsen-Minz-Püree

Für 2 Personen

Für das Lamm:

4 Lammkotelets mit Knochen	1 Bund Rosmarin	1 Bund Thymian
20 g Butter	Salz	Pfeffer

Für die Rote-Bete-Crêpes:

4 Kugeln Rote-Bete, vorgegart	250 ml Rote-Bete-Saft	$\frac{1}{2}$ l Milch
50 g Mehl	2 Eier	Zucker
Salz	Pfeffer	

Für das Erbsen-Minz-Püree:

150 g Erbsen, TK	1 Bund Minze	Cayennepfeffer
Salz		

Für die Gremolata:

1 Bund glatte Petersilie	2 Zehen Knoblauch	1 Zitrone
1 Orange	Olivenöl	

Ofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammkotelets in einer Pfanne mit zerlassener Butter scharf anbraten. Rosmarinnadeln und Thymianblätter je eines Zweiges abzupfen fein hacken. Alles zusammen in den Ofen geben. Erbsen blanchieren und durch ein Sieb drücken. Minzblätter abzupfen und klein hacken. Erbsenpüree mit Minze, Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Petersilienblätter abzupfen und klein hacken. Knoblauch abziehen und fein hacken. Zitronen- und Orangensaft sowie -abrieb, Petersilie, Knoblauch und Öl vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Crêpe Eier trennen. Eigelb mit Milch, Mehl und Rote-Bete-Saft zu einem glatten Teig rühren. Eiweiß kann anderweitig verwendet werden. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Masse in der Pfanne zu Crêpes ausbacken. Rote-Bete-Kugeln würfeln zu den Crêpes reichen. Gremolata auf Kotelets verteilen, mit Püree und Crêpes auf Tellern anrichten, mit Rote-Bete-Würfeln garnieren und servieren.

Tom Mackenroth am 19. November 2015

Lamm-Karree mit Senf-Pistazien-Haube und Salzkartoffeln

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

300 g Lammkarree	125 g Pistazien	100 g Feigensenf
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Kartoffeln:

4 mittelgroße Kartoffeln	100 g Butter	Salz
--------------------------	--------------	------

Für das Chutney:

100 g getr. Cranberries	2 Schalotten	6 Nelken
1/8 l Rotwein	1/8 l Weißweinessig	Mehl, Salz, Pfeffer

Für die Sauce:

100 g Shiitake-Pilze	100 g Spekulatius	100 g Ziegenfrischkäse
1/8 l Weißwein	1/8 l Gemüsefond	2 cl Amaretto
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Backofen auf 180 C Grad Ober- / Unterhitze vorheizen.

Lammkarree mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Lammkarree darin scharf anbraten. Das Fleisch in einer ofenfesten Form für circa 15 bis 20 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben.

Kartoffeln schälen, vierteln und in kochendem Salzwasser gar kochen.

Pistazien grob hacken. Nach circa zehn Minuten das Lammkarree kurz aus dem Ofen nehmen und mit Senf einreiben, sowie die gehackten Pistazien aufdrücken, dann sofort wieder in den Ofen schieben.

Für die Sauce Öl in einer Pfanne erhitzen. Shiitake-Pilze putzen und in der Pfanne anbraten. Mit Weißwein ablöschen und aufkochen lassen. Spekulatius zerbröseln und zusammen mit dem Ziegenfrischkäse in die Pfanne geben und gut verrühren. Gemüsefond und Amaretto dazugeben, kurz aufkochen lassen und Hitze wieder reduzieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schalotten häuten und fein hacken. Rotwein in eine Pfanne geben, aufkochen lassen und Cranberries, Nelken und gehackte Schalotte dazu geben, aufkochen und die Hitze wieder reduzieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit Weißweinessig abschmecken. Eventuell mit Mehl andicken bis die gewünschte dickflüssige Konsistenz erreicht ist. Vor dem Servieren die Nelken wieder herausnehmen.

Lammkarree aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen.

Lammkarree mit Senf-Pistazien-Kruste, Salzkartoffeln, Cranberrychutney und Shiitake-Spekulatius-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Günter Kurz am 30. November 2016

Lamm-Karree mit Trüffel-Risotto und Trüffel-Schaum

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

2 Lammkarrees à 150 g	2 Zehen Knoblauch	1 Stück Ingwer
200 ml Gemüsefond	10 g Speisestärke	30 g Butter
30 g Butterschmalz	1 Bund frischer Rosmarin	1 Bund frischer Thymian
1 Vanilleschote	Salz, Pfeffer	

Für das Risotto:

280 g Risottoreis	1 Knolle schwarzer Trüffel	10 g Parmesan
30 g Butter	1,2 L Geflügelfond	150 ml trockener Weißwein
2-4 EL Trüffelöl	Kurkuma	Salz, Pfeffer

Für den Trüffelschaum:

250 ml Milch	20 ml Portwein	2-3 EL Trüffelöl
1 Bund glatte Petersilie	Muskatnuss	Salz

Für die Garnitur:

1 Kästchen Shiso-Kresse

Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Lammkarree Fleisch waschen und trocken tupfen. Vanilleschote längs aufschneiden. Butterschmalz erhitzen und die Vanilleschote mit dem Lammkarree von allen Seiten gut anbraten. Mit Pfeffer und Salz würzen. Rosmarin und Thymian waschen. Knoblauchzehen andrücken. Ingwer schälen und in feine Scheiben schneiden. Lammkarree in eine Auflaufform legen und mit Kräutern, Ingwer und Knoblauch einreiben. Zwei Drittel der Butter über das Fleisch verteilen und im Backofen bei 200 Grad zu Ende garen.

Für das Risotto Fond erwärmen, mit verdünnter Stärke abbinden, mit zehn Gramm Butter verfeinern und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Sud beiseite stellen. Schalotten abziehen und würfeln. 20 Gramm Butter erhitzen, Schalotten darin glasig dünsten. Reis hinzugeben und kurz mit dünsten. Mit Wein ablöschen. Stets mit so viel kochendem Fond aufgießen, dass der Reis knapp bedeckt ist. Unter ständigem Rühren nach und nach den restlichen Fond aufbrauchen. Parmesan reiben und mit der restlichen Butter, Trüffelöl, Salz und Pfeffer zum Risotto geben. Mit Kurkuma würzen. Risotto für etwa zwei Minuten ruhen lassen. Für den Trüffelschaum Milch mit Portwein, Petersilie, Salz und Muskatnuss aufkochen und mit Trüffelöl abschmecken. Mischung schaumig aufschlagen.

Petersilie waschen, Blätter abzupfen und fein hacken.

Risotto mit Lammkarree auf Tellern anrichten und mit gehobeltem Trüffel, Petersilie und Trüffelschaum garniert servieren.

Katharina Brandt am 23. September 2015

Lamm-Karree mit Weihnachts-Sushi, Glühwein-Teriyaki-Soße

Für zwei Personen

500 g Lammkarree, am Stück Olivenöl Salz

Für das Weihnachts-Sushi:

150 g Sushi-Reis 150 g Steinpilze 30 g Semmelbrösel

Butter

Für die Glühwein-Teriyaki-Sauce:

250 ml trockener Rotwein 100 ml Teriyaki-Sauce 150 g Butter

3 EL brauner Zucker 1 EL Reissirup 1 Muskatnuss

Für die Gewürzmischung:

1 Orangen 1 Zitronen 2 Zimtstangen

4 Sternanis 1 EL Nelken 1 EL Koriandersamen

1 EL Ingwerpulver 1 EL Piment 1EL Kardamomsamen

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen und Sushi-Reis darin zehn Minuten garen. Reis anschließend abgießen, auf einen flachen Teller legen und mit einem Handtuch bedeckt ziehen lassen.

Lammkarree von allen Seiten salzen und in einer Pfanne mit Öl rundum anbraten. Anschließend für fünf Minuten in den Ofen geben und Bratensatz aufbewahren.

In eine weitere Pfanne Sirup und Zucker geben, bis der Zucker geschmolzen ist. Etwa ein Drittel der Gewürze für das Sushi beiseitelegen und den Rest in einen Teebeutel geben und zusammen mit Rotwein zu dem Zuckersirup geben und einkochen lassen.

Anschließend mit Teriyaki-Sauce abschmecken, Butter untermengen und Bratensatz vom Lamm dazugeben.

Für das Sushi Steinpilze putzen und in feine Scheiben schneiden. Eine Pfanne mit Butter erhitzen, Pilze darin anbraten und mit Salz würzen. Anschließend beiseite stellen. Den Sushi-Reis auf einer Bambusmatte verteilen und Pilze darauf verteilen. Das Ganze zu einer Rolle formen und anschließend in zwei Teile schneiden.

Das restliche Drittel Gewürze im Mörser zermahlen und ein wenig von der Zimtstange abreiben. Semmelbrösel nochmals zerkleinern und in etwas Butter anbraten. Gemahlene Gewürze dazugeben und anschließend etwas abkühlen lassen. Eines der beiden Sushis darin wälzen. Die Gewürzreste aufbewahren.

Das andere Sushi mit der Glühwein-Teriyaki-Sauce einpinseln. Die restlichen gemahlene Gewürze mit ein wenig Butter in einem Topf schmelzen. Das Ganze mit Pfeffer abschmecken und kurz vor dem Servieren über das Lamm geben.

Das Lammkarree mit Weihnachts-Sushi und Glühwein-Teriyaki-Sauce auf Tellern anrichten.

Sebastian Noack am 30. November 2015

Lamm-Karree mit Ziegenkäse-Feigen-Ragout, Padrón-Paprika

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

1 Lammkarree à 400 g	200 ml Rotwein	1 EL flüssiger Honig
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	1 Zweig Salbei
1 Zweig Minze	Sonnenblumenöl	Salz
Pfeffer		

Für das Ziegenkäse-Feigen-Ragout:

10 Pimientos de Padrón	3 Karotten	6 getrocknete Feigen
1 Rolle Ziegenkäse	6 schwarze Oliven	6 grüne Oliven
200 ml Gemüsefond	Salz	Pfeffer

Für das Lammkarree:

Den Ofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Lammkarree in einer Pfanne mit etwas Öl und Rosmarin, Thymian und Salbei scharf anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Honig bestreichen und für 12 Minuten in den Ofen geben.

Anschließend mit Rosmarin, Thymian, Salbei und Minze in Alufolie wickeln und ziehen lassen. In der heißen Pfanne kurz den Bratensaft mit Rotwein ablöschen.

Das Lamm in 2er-Rippen aufschneiden.

Für das Ziegenkäse-Feigen-Ragout:

Karotten schälen. Zusammen mit den Feigen in Würfel schneiden und mit den Oliven und den Pimientos de Padrón in einem Topf unter ständigem rühren weich dünsten. Fond dazugeben. Den Ziegenkäse in eine lauwarmer Pfanne legen und anschließend auf das Gemüse setzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Am Ende einen Tropfen Honig auf den Ziegenkäse setzen. Lammkarree aus dem Ofen mit Ziegenkäse-Feigen-Ragout und Pimientos de Padrón auf warmen Tellern anrichten und servieren.

Friedrich Panizza am 26. Juni 2017

Lamm-Karree, Fenchel-Safran-Gemüse, Rosmarin-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

2 Lammkarrees à 200 g 4 EL neutrales Öl Salz
Pfeffer

Für die Gratiniermasse:

150 g weiche Butter 100 g Semmelbrösel 1 Zitrone
1 Orange 1 Knoblauchzehe 1 Prise Oregano
4 Zweige glatte Petersilie Salz Pfeffer

Für das Gemüse:

2 Knollen Fenchel 4 Karotten 5 Schalotten
1 Knoblauchzehe 2 getrocknete Chilis 50 ml Gemüsefond
1 TL Fenchelsamen 12 Safranfäden 2 EL Olivenöl
Salz

Für die Kartoffeln:

10 Drillingskartoffeln 3 Zweige Rosmarin 4 EL Olivenöl
1 TL Meersalz

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Fleisch die Karrees waschen, trockentupfen und die Rippenknochen mit einem kleinen Messer vom Fleisch schneiden. Das Fleisch in einer Pfanne mit Öl rundum kross anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und im Ofen etwa 20 Minuten fertig garen.

Für die Gratiniermasse Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen. Einige Orangen- und Zitronenzesten reißen, Knoblauch abziehen, andrücken und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Orangen- und Zitronenzesten mit Knoblauch und Petersilie zur Butter geben und mit Salz abschmecken. Von der Kräuterbutter zwei Esslöffel wegnehmen und beiseite stellen. Semmelbrösel, unter die Butter rühren und abkühlen lassen.

Für das Gemüse Karotten schälen und von den Enden befreien. Fenchel in Scheiben hobeln, längs halbieren und in drei Zentimeter breite Stücke schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen und mit Gemüsefond ablöschen. Fenchelsamen, Safran, getrocknete Chilis und in Scheiben geschnittenen Knoblauch dazugeben und circa 20 Minuten garen.

Für die Kartoffeln die Drillingskartoffeln waschen und etwa zehn Minuten in einem Topf mit kochendem Salzwasser vorgaren. Herausnehmen, halbieren und mit reichlich Rosmarin, Salz und Olivenöl auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und weitere zehn Minuten im Ofen rösten.

Ofengrill einschalten, Lamm mit der Gratiniermasse belegen und circa sieben Minuten goldbraun überbacken.

Das gratinierte Lammkarrees mit Fenchel-Safran-Gemüse und Rosmarinkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Katrin Papra am 27. Oktober 2016

Lamm-Karree, Gewürzbutter, Rotwein-Soße, Kartoffel-Gratin

Für zwei Personen

Für das Lamm:

300 g Lammkarree 1 Knoblauchzehe neutrales Öl, Salz, Pfeffer

Für die Gewürzbutter:

4 EL kalte Butter 1 EL Pfefferkörner 1 TL Wacholderbeeren

1 TL Pistazien 1 Nelke 1 Knoblauchzehe

Chilipulver Salz

Für das Kartoffelgratin:

3 festk. Kartoffeln 1 Knoblauchzehe 60 ml Milch

60 ml Sahne Butter Salz, Pfeffer

Für die Rotweinsauce:

125 ml Rotwein, trocken 1 Schalotte 200 ml Lammfond

1 Orange 1 Knoblauchzehe 2 TL Speisestärke

2 EL kalte Butter 0,5 EL Cranberries Chilipulver, Salz, Pfeffer

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen zweiten Ofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Gratin Knoblauch abziehen und die Backformen mit Knoblauch und Butter einreiben. Die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. Milch und Sahne in einem Topf zum Kochen bringen, die Kartoffelscheiben dazu geben und etwa zwei bis drei Minuten köcheln lassen. Anschließend in die Formen geben, mit Salz und Pfeffer würzen und im Ofen etwa 20 bis 25 Minuten backen.

Für das Lammkarree das Fleisch waschen, trocken tupfen und von den Sehnen und Knochen befreien. Knoblauch abziehen. Fleisch in etwas Öl und dem Knoblauch von allen Seiten anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und im Ofen bei 150 Grad etwa zehn bis 15 Minuten fertig garen. Danach zehn Minuten in Alufolie ruhen lassen.

Für die Gewürzbutter den Knoblauch abziehen. Alle Zutaten bis auf die Butter in einer Pfanne trocken rösten und anschließend in einem elektrischen Zerkleinerer zerkleinern. Butter in einer Pfanne mit den Gewürzen mischen, mit Chili würzen und das Lamm zwei Minuten darin nachbraten.

Für die Sauce die Schalotte und den Knoblauch abziehen, in eine Pfanne geben und die Fleischreste darin anbraten. Die Orange halbieren und auspressen. Etwas Schale abreiben. Fleischreste wieder entnehmen. Bratenrückstand vom Anbraten mit Rotwein ablöschen, Orangensaft dazu geben und alles fünf Minuten reduzieren lassen. Mit Fond auffüllen. Mit Salz, Pfeffer, Orangenschale und Chili abschmecken und die Cranberries unterheben. Falls die Sauce zu dünn ist, mit Stärke abbinden und mit kalter Butter emulgieren.

Das Lammkarree in Gewürzbutter und Rotweinsauce auf Tellern anrichten und das Gratin dauphinois daneben geben und servieren.

Andrea Szekely am 30. November 2016

Lamm-Karree, Kartoffel-Püree, Zuckerschoten, Minzbutter

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

400 g Lammkarree	½ Knolle Knoblauch	3 Zweige Thymian
150 g roter Babymangold	2 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für das Süßkartoffelpüree:

500 g Süßkartoffeln	30 g Butter	Salz
Pfeffer		

Für die Minzbutter:

40 g Butter	2 Zweige Minze	Salz
Pfeffer		

Für die Zuckerschoten:

200 g Zuckerschoten	2 Zehen Knoblauch	1 EL Sojasauce
2 TL Sesam	1 Prise Zucker	neutrales Öl
Pfeffer		

Den Ofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Lammkarree das Olivenöl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Das Lammkarree salzen und im heißen Öl rundherum anbraten. Die frische Knoblauchknolle und die Thymianzweige zugeben. Fleisch pfeffern und etwa 25 Minuten in den Ofen geben.

Für das Püree die Süßkartoffeln schälen, in grobe Würfel schneiden und in wenig Salzwasser 20 Minuten weich kochen. Abgießen, die Butter zugeben und alles mit einem Kartoffelstampfer fein zerdrücken. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Lamm herausnehmen und in Alufolie einschlagen. Für die Garnitur den Mangold waschen, trocken schütteln und kurz im Bratensud des Lamms wenden, salzen und pfeffern.

Für die Minzbutter die Butter schmelzen und die Minze hacken und dazugeben. Anschließend salzen und pfeffern.

Die Zuckerschoten putzen und den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, den Knoblauch darin hellbraun anbraten und herausnehmen. Die Zuckerschoten in die Pfanne geben und bei starker Hitze unter Schwenken 45 Sekunden braten. Den Knoblauch wieder zugeben. Mit der Sojasauce ablöschen, mit Pfeffer und Zucker würzen. Zum Schluss den Sesam unterheben.

Das Lammkarree in Koteletts schneiden und mit dem Süßkartoffelpüree, der Minzbutter und den Zuckerschoten auf Tellern anrichten, mit dem gedünsteten Mangold garnieren und servieren.

Bernhard Hereth am 10. Oktober 2016

Lamm-Karree, Polenta, grüner Spargel, Pfirsich-Chutney

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

6 Lammkoteletts à 100 g	1 EL Koriandersamen	1 EL Kümmel
1 EL Kreuzkümmel	1 TL Cayennepfeffer	1 EL grobes Salz
Olivenöl	schwarzer Pfeffer	

Für das Pfirsich-Chutney:

2 gelbfleischige Pfirsiche	1 Zitrone	2 Schalotten
1 Ingwer	75 g Rohrzucker	1 TL Chilipulver
1 Msp. Safran	100 ml Cidre-Essig	1 TL Sezuan-Pfefferkörner
1 TL schwarze Pfefferkörner	Salz	

Für die Polenta:

80 g Instant-Polenta	2 EL Butter	40 g Pecorino
250 ml Gemüsefond	100 ml Vollmilch	1 Muskatnuss
$\frac{1}{2}$ TL Chiliflocken	Olivenöl	Salz, schwarzer Pfeffer

Für den Salat:

8 Stangen grüner Spargel	1 Zitrone	1 Orange
1 Zweig Estragon	2 EL Olivenöl	Meersalz, schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für das Lammkarree die Koriandersamen, den Kümmel, den Kreuzkümmel und den Cayennepfeffer in einer Pfanne ohne Öl anrösten bis sie anfangen zu duften. Anschließend in einen Mörser geben, vermischen und zerstoßen. Das Lammkarree waschen, trocken tupfen, mit den Gewürzen einreiben und mit Salz und Pfeffer würzen. Eine ofenfeste Pfanne bei mittlerer Hitze heiß werden lassen und Olivenöl hinzugeben. Das Lammkarree mit der Fettseite nach unten hineingeben, braun anbraten und umdrehen. Das Lamm in den Ofen schieben und zwölf Minuten garen. Vor dem Aufschneiden fünf Minuten ruhen lassen. Für das Chutney die Pfirsiche entkernen und in grobe Stücke schneiden. Die Schalotten abziehen, den Ingwer schälen und in feine Würfel schneiden. Die Zitrone halbieren, Saft einer Hälfte auspressen und etwas Schale reiben. Die Pfirsiche, der Ingwer, die Schalotten, der Rohrzucker, das Chilipulver, den Zitronensaft, die Pfefferkörner und den Zitronenabrieb in einen Topf geben und mit 40 Millilitern Wasser auffüllen. Zehn Minuten kochen lassen und den Cidre-Essig hinzugeben. Anschließend das Chutney aufkochen. Den Safran vor dem Servieren unterheben und mit Salz verfeinern. Für die Polenta den Gemüsefond und die Milch aufkochen. Unter Rühren die Polenta mit einem Schneebesen hinzugeben. Etwas Muskatnuss reiben und mit Salz und Pfeffer die Polenta würzen. Bei mittlerer Hitze zehn Minuten offen quellen lassen und häufig umrühren. Olivenöl in eine Pfanne geben und die Polenta darin goldbraun rösten. Anschließend mit Salz und Chiliflocken würzen. Den Pecorino reiben und mit der Butter unter die Polenta rühren. Für den Salat Wasser in einen Topf erhitzen. Den Spargel vom unteren Ende befreien, im Wasser drei Minuten blanchieren und anschließend in Eiswasser abschrecken. Die Orange halbieren und auspressen. Etwas Zitronenschale reiben, die Zitrone halbieren und auspressen. Den Estragon hacken und mit Olivenöl, dem Orangen- und Zitronensaft, der Zitronenschale, Fleur de sel und Pfeffer zu einer Vinaigrette vermischen. Die Spargelstangen dritteln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Spargel darin kurz anbraten. Mit der Vinaigrette vermischen. Das Lammkarree mit Polenta, dem Salat vom grünen Spargel und dem Pfirsich-Chutney auf Tellern anrichten und servieren.

Rebekka Nolte am 01. Juli 2015

Lamm-Karree, Ratatouille-Couscous, Joghurt-Minz-Dip

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

400 g Lammkarree (5 Stck.)	2 Zehen Knoblauch	2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	Meersalz	Telicherry Pfeffer
Olivenöl		

Für das Ratatouille-Couscous:

75 g Instant Couscous	1 rote Paprika	1 gelbe Paprika
1 kleine grüne Zucchini	1 kleine Aubergine	1 Zehe Knoblauch
1 rote Zwiebel	75 ml Tomatensaft	100 ml Lammfond
Olivenöl		

Für den Joghurt-Minz-Dip:

1 Zitrone	200 g Joghurt	1 TL Harissa Paste
1 EL Blütenhonig	2 Zweige Minze	1 cm Ingwer

Für die Schmortomaten:

100 g Cocktailtomaten	1 Stiel Koriander	1 Stiel Basilikum
1 Löffel Kreuzkümmel (ganz)	1 TL Curry Anapurna	1 Prise Kubebenpfeffer
1 EL Korianderkörner, im Ganzen	2 Sternanis	2 Lorbeerblätter
4 cl französischer Wermut	100 ml Lammfond	Olivenöl

Für die Garnitur:

1 Blatt Frühlingsrollenteig	1 Ei	1 Prise Kreuzkümmel
Salz		

Den Ofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen weiteren Backofen auf 180 Grad Ober- /Unterhitze vorheizen.

Für das Lammkarree dieses waschen und trocken tupfen. Knoblauch abziehen und andrücken. Thymian und Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Lammkarree mit Meersalz und Telicherry Pfeffer würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Lammkarree zusammen mit Thymian, Rosmarin und Knoblauch anbraten. Das Fleisch nach 1-2 Minuten aus der Pfanne nehmen, auf ein Backblech geben, Kräuter und Knoblauch darauf verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad etwa 20 Minuten garen.

Für das Ratatouille-Couscous Knoblauch und Zwiebel abziehen. Paprika waschen, halbieren und entkernen. Zucchini und Aubergine waschen. Alles in kleine Würfel schneiden und in heißem Olivenöl anschwitzen. Mit Tomatensaft auffüllen und bei mittlerer Hitze 10 Minuten köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.

Für die Schmortomaten Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Kirschtomaten unten kreuzförmig einschneiden und in dem Olivenöl zusammen mit dem Sternanis, den Lorbeerblättern, den Korianderkörnern, dem Kreuzkümmel und dem Kubebenpfeffer anbraten. Mit Wermut und Lammfond ablöschen. Koriander und Basilikum waschen und trocken schütteln. Blätter von den Stielen zupfen und hinzufügen. Die Pfanne in den Backofen geben und die Tomaten zehn Minuten schmoren lassen. Am Ende mit dem Curry-Anapurna-Pulver bestäuben.

Für das Ratatouille-Couscous Lammfond aufkochen, über den Couscous in eine Schüssel gießen und 5 Minuten quellen lassen. Anschließend das Ratatouille unter den fertigen Couscous mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Warm halten.

Für die Garnitur das Ei verquirlen und den Frühlingsrollenteig damit dünn bestreichen. Mit etwas Kreuzkümmel und Salz bestreuen, zu den Schmortomaten in den Backofen geben und goldgelb backen. Anschließend zu großen Chips zerbrechen.

Für den Joghurt-Minz-Dip Minze abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken.

Zitrone halbieren und Saft einer halben Zitrone auspressen. Ingwer schälen und fein reiben. Minze mit Joghurt, Harissa, Ingwer, Zitronensaft und Honig glatt rühren.
Lammkarree mit Ratatouille-Couscous, Joghurt-Minz-Dip und orientalischen Schmortomaten auf Tellern anrichten mit zwei Blätterteig-Chips dekorieren und servieren.

Andreas Reich am 27. Juni 2016

Lamm-Karree, Spekulatius-Kruste, Rotwein-Cranberry-Soße

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

300 g Lammkarree	1 Zehe Knoblauch	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	Pflanzenöl	Meersalz, Pfeffer

Für die Sauce:

2 EL getr. Cranberries	2 Nelken	2 Wacholderbeeren
250 ml Rotwein	150 ml Lammfond	Salz, Pfeffer

Für die Kartoffelteigtaschen:

400 g mehligk. Kartoffeln	200 g Shiitake-Pilze	200 g Ziegenfrischkäse
2 Stiele Rosmarin	2 Stiele Thymian	2 Stiele Petersilie
1 Ei	120 g Mehl	50 g Kartoffelmehl
1 EL Butter	Butter	Muskatnuss
Butter	Salz	Pfeffer

Für die Kruste:

1 Orange	100 g Spekulatius	75 g Butter
30 g Paniermehl	1 Zweig Majoran	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	Salz	Pfeffer

Für den Rotkohlsalat:

1 Rotkohl	1 Orange	100 g geschälte Pistazien
50 g Feigensenf	25 ml Apfelessig	50 ml Amaretto
50 ml Olivenöl	Salz	Pfeffer

Backofen auf 150 C Grad Ober- / Unterhitze vorheizen.

Für das Lamm Knoblauch halbieren. Öl zusammen mit dem Knoblauch in der Pfanne erhitzen und das Lammkarree von allen Seiten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor Schluss Rosmarin- und Thymianzweig im Ganzen hinzugeben. Anschließend das Lamm inklusive Kräuter für circa 20. Minuten in den Backofen geben.

Für die Sauce die heiße Pfanne mit dem Bratansatz des Lamms mit Rotwein ablöschen. Nelken und Wacholderbeeren dazu geben und mit einem Holzlöffel die Ansätze in der Pfanne lösen. Fond dazu geben und reduzieren lassen. Getrocknete Cranberries hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Kruste Orangeschale einer halben Orange abreiben. Rosmarin, Thymian und Majoran von den Stielen zupfen und fein hacken. Spekulatius in einen elektrischen Zerkleinerer geben und mit dem Orangenabrieb, den Kräutern und dem Paniermehl zerkleinern. Den Inhalt in eine Schüssel geben. Butter in einer Pfanne auslassen und mit der Spekulatiusmasse vermengen.

Die Masse auf Frischhaltefolie ausbreiten, mit Frischhaltefolie abdecken und in den Tiefkühler geben.

Für die Teigtaschen Kartoffeln schälen, in kleiner Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser gar kochen. Shiitake-Pilze putzen. Drei Stück im Ganzen zurück behalten, den Rest in kleine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen, die Pilze darin anbraten bis das Wasser verdampft ist. Rosmarin, Thymian und Petersilie von den Stielen zupfen und fein hacken. Frischkäse und Kräuter dazu geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken, von der Platte ziehen und auskühlen lassen.

Die gargekochten Kartoffeln kurz ausdampfen lassen und anschließend zwei Mal durch die Kartoffelpresse drücken. Das Ei trennen und das Eigelb unter die Kartoffelmasse heben. Eiweiß für den späteren Gebrauch beiseite stellen. Einen Esslöffel Butter in einem kleinen Topf schmelzen. Die zerlassene Butter, Mehl, und Kartoffelmehl ebenfalls zu der Kartoffelmasse geben und mit

Salz und etwas Muskat abschmecken.

Teig auf einer bemehlten Fläche ausrollen, mit dem Anrichtering Kreise ausstechen und in die Mitte einen Esslöffel der Frischkäse-Pilzmasse geben. Den Rand mit Eiweiß bepinseln und die Taschen zusammen klappen.

In einem ausreichend großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Kartoffeltaschen darin kurz gar kochen. Mit einer Schöpfkelle herausnehmen, etwas Butter in einer Pfanne zerlassen und die fertigen Teigtaschen darin kurz schwenken.

Für den Salat Rotkohl von den äußeren Blättern befreien, fein reiben und in eine Schüssel geben. Eine Pfanne ohne Fett erhitzen und die Pistazien darin kurz anrösten, dann zum Rotkohl geben. Orange waschen und etwas Schale von der Orange reiben. Olivenöl, Essig, Feigensenf, Amaretto und etwas Orangenabrieb zu einem Dressing vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Dressing nach und nach unter den Rotkohl heben, bis ein gutes Mischverhältnis entsteht. Gut vermengen und in den Backofen zum Lamm geben und ziehen lassen. Eine halbe Orange filetieren und kurz vorm Servieren die Orangenfilets unterheben.

Die erkaltete Kruste nun auf das Lamm geben und dieses noch zum Abschluss circa drei Minuten bei Oberhitze und 200 Grad Celsius im Ofen gratinieren lassen.

Lammkarree mit Spekulatiuskruste, Rotwein-Cranberry-Sauce, Rotkohlsalat und Kartoffelteigtaschen mit Shitake-Frischkäsefüllung auf Tellern anrichten und servieren.

Tim Biebighäuser-Becker am 30. November 2016

Lamm-Karree, Thymian-Kruste, Süßkartoffel-Wedges

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

400 g Lammkarree am Stück 1 EL scharfer Senf Olivenöl
Salz Pfeffer

Für die Sauce:

1 Schalotte 50 ml Rotweine 1 EL Rotweinessig
100 ml Fleischbrühe 1 Bund Salbei 1 Zweig Rosmarin
1 EL Butter

Für die Thymiankruste:

50 g Butter 1 Knoblauchzehe $\frac{1}{2}$ Bund Thymian
 $\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie 1 TL scharfer Senf 50 g Paniermehl
Salz Pfeffer

Für die Kräuter-Cherrytomaten:

250 g Cherrytomaten am Zweig $\frac{1}{2}$ Bund Oregano $\frac{1}{2}$ Bund Thymian
1 EL Olivenöl

Für die Süßkartoffel-Wedges:

2 mittelgroße Süßkartoffeln 2 EL Olivenöl Salz
Pfeffer

Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen. Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Süßkartoffeln waschen und in Spalten zu Wedges schneiden. Salzen, pfeffern und mit Öl beträufeln. Im Ofen bei 160 Grad backen.

Lammkarree mit Senf bestreichen und würzen. In heißem Öl zwei bis drei Minuten kurz rosa anbraten, aus der Pfanne nehmen und für 15 Minuten in zweiten Backofen bei 160 Grad Umluft geben.

Knoblauch abziehen und ausdrücken, Thymian abzupfen und Petersilie kleinhacken.

Anschließend mit Butter und Mehl alles gut vermengen. Karree mit Krustenmasse bestreichen und im Ofen bei 250 Grad etwa drei bis vier Minuten gratinieren.

Cherrytomaten vom Zweig lösen und halbieren. Oregano und Thymian feinhacken. Eine kleine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und Cherrytomaten anbraten, bis sie gar sind. Kräuter darüber geben, einmal schwenken und warm halten.

Schalotten abziehen und klein hacken, im Bratensatz kurz andünsten, mit Rotwein und Essig ablöschen, aufkochen lassen und mit Brühe auffüllen. Anschließend Salbei und Rosmarin abzupfen und hineingeben. Sauce einkochen lassen, durch Sieb passieren und zurück in Pfanne geben. Mit kalter Butter aufmontieren.

Sauce als Spiegel auf Teller anrichten, Lamm aufschneiden und darauf anrichten. Cherrytomaten und Süßkartoffel-Wedges darüber drapieren und servieren.

Marlene Wichmann am 22. Oktober 2015

Lamm-Kotelett mit Orient-Gemüse, Feigen und Fregola sarda

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

4 Lammkoteletts	1 Knoblauchzehe	1 Rosmarinzweig
1 Thymianzweig	4 EL Butter	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Fregola sarda:

150 g Fregola sarda	100 ml Olivenöl	1 Zitrone
1 rote Chilischote	2 cm Ingwerknolle	1 Lorbeerblatt

Für das Gemüse:

1 Karotte	$\frac{1}{2}$ rote Paprika	$\frac{1}{2}$ Fenchelknolle
50 g vorgeg. Kichererbsen	200 ml Lammfond	1 Schalotte
1 Knoblauchzehe	1 EL Tomatenmark	1 EL Harissa-Paste
2 cm Ingwerknolle	1 Stiel frische Minze	30 g Pistazien
1 EL Zucker	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Feigen:

4 frische Feigen	20 g Butter	1 Orange
3 EL flüssiger Honig	1 Msp. Ras-el-Hanout	

Für das Fleisch: Ofen auf 60 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Kräuter abbrausen, trockenwedeln. Knoblauch halbieren und andrücken. Fleisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl und Butter in einer Pfanne erhitzen, Kräuter und Knoblauch zugeben und die Koteletts darin unter Wenden ca. 3 Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen, in Alufolie wickeln und im vorgeheizten Ofen warm halten.

Für die Fregola sarda: Etwa 2 Liter Wasser mit der Chilischote, dem Ingwer in Scheiben und dem Lorbeerblatt zum Kochen bringen und salzen. Die Fregola sarda darin ca. 20 Minuten al dente kochen. Zitronenzesten abreiben und mit dem Öl unter die Fregola sarda mengen. Eventuell nochmals nachwürzen.

Für das Gemüse: Gemüse waschen. Karotte schälen und in dünne Scheiben hobeln. Paprika waschen, schälen in ca. 2 cm große Rauten und Fenchel in feine Streifen schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen, Karotten zugeben und ca. 3 Minuten bissfest braten. Paprika und Fenchel zugeben, ebenso ca. 2 Minuten braten. Harissa-Paste und Tomatenmark einrühren, kurz rösten und anschließend mit Fond ablöschen. Gemüse ca. 5 Minuten köcheln lassen. Kichererbsen zugeben. Ingwer schälen und fein reiben. Gemüse mit fein geriebenem Ingwer, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Minze abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Pistazien grob hacken und mit der Minze untermengen.

Für die Feigen: Feigen waschen, trocken tupfen. Dann den harten Stielansatz entfernen und die Feigen halbieren. Orange halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Butter, Honig, Zimtstange und Ras el Hanout in einer Pfanne erwärmen und die Feigen darin mit der Schnittfläche nach unten leicht bräunen lassen. Orangensaft zugießen. Feigen nochmals kurz in dem Sud schwenken und anschließend herausnehmen. Den Sud nochmals kurz 1 Zimtstange einkochen lassen und zum Anrichten über die Feigen träufeln.

Lammkotelett mit orientalischem Gemüse, karamellisierten Feigen und Fregola sarda auf Tellern anrichten und servieren.

Luitgard Rühmann am 04. Dezember 2017

Lamm-Kotelett mit Ras-el-Hanout-Kartoffeln, Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für das Lammkotelett:

2 Lammkoteletts à 150 g	250 ml Olivenöl	1 kleine getr. Chilischote
1 TL gemahlener Koriander	1 TL gemahlener Kreuzkümmel	Butterschmalz, Salz

Für die Ras-el-Hanout-Kartoffeln:

4 große festk. Kartoffeln	250 ml Olivenöl	100 g Butterschmalz
1 TL Ras-el-Hanout	Salz	Pfeffer

Für den Knoblauch-Dip:

$\frac{1}{2}$ Salatgurke	2 Zehen Knoblauch	200 g Schmand
2 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Gurkensalat:

2 kleine Salatgurken	2 Orangen	$\frac{1}{2}$ Zitrone
1 TL Zimtpulver	Salz	

Für die Lammkoteletts Fleisch kalt abbrausen und trocken tupfen. Chilischote klein hacken. Mit Koriander, Kreuzkümmel und Olivenöl vermengen. Koteletts salzen und mit der Chili-Öl-Marinade bestreichen. Butterschmalz zerlassen, Koteletts von beiden Seiten circa drei Minuten braten. Für die Ras-El-Hanout-Kartoffeln Kartoffeln schälen und in Viertel schneiden. Olivenöl erhitzen und Kartoffeln langsam angaren. Butterschmalz in einer anderen Pfanne zerlassen, Kartoffeln darin goldbraun anbraten. Mit Ras el Hanout bestäuben, mit Salz und Pfeffer würzen. Für den Gurkensalat Gurken schälen und mit dem Sparschäler lange Streifen abziehen. Für das Dressing eine Orange halbieren und Saft auspressen. Andere Orange schälen und Orangenfilets herausschneiden. Zitrone auspressen. Orangen- und Zitronensaft mit dem Zimtpulver verrühren. Gegebenenfalls mit einer Prise Salz würzen. Gurkenstreifen mit Orangenfilets und Dressing vermengen.

Für den Knoblauch-Dip Gurke schälen und raspeln. Knoblauch abziehen und pressen. Schmand, geraspelte Gurke, Knoblauch und Olivenöl vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen.

Marokkanisches Lammkotelett mit Ras-el-Hanout-Kartoffeln, Knoblauch-Dip und orientalischem Gurkensalat anrichten und servieren.

Monika Wilhelmy am 11. April 2016

Lamm-Kotelett mit Rosenkohl und Rosmarin-Bratkartoffeln

Für zwei Personen

Für das Lamm:

6 Lammkoteletts, 1 cm dick	2 Zehen Knoblauch	1 EL Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für den Rosenkohl:

250 g Rosenkohl	$\frac{1}{2}$ Zwiebel	2 Zehen Knoblauch
1 Schote rote Chili	$\frac{1}{2}$ Bund frischer Kerbel	Muskat
2 EL Crème-fraîche	2 EL Butter	Salz
schwarzer Pfeffer		

Für die Bratkartoffeln:

300 g festkochende Kartoffeln	4 Zweige Rosmarin	Butter, Sonnenblumenöl
Salz, schwarzer Pfeffer	100 g Cocktailtomaten	Olivenöl

Einen Topf mit Salzwasser erhitzen.

Den Rosenkohl putzen und ein paar Minuten in dem Salzwasser kochen. Die Zwiebel abziehen, halbieren und die eine Hälfte fein würfeln. Die andere Hälfte kann anderweitig verwendet werden.

Eine Pfanne mit der Butter erwärmen und die Zwiebel darin andünsten. Den Knoblauch abziehen, pressen und hinzugeben. Die Chilischote längs aufschneiden, die Kerne entfernen, fein würfeln und hinzufügen.

Den Rosenkohl abtropfen und mit in die Pfanne geben. Reichlich Muskat reiben. Die Crème fraîche und das Muskat hinzufügen. Mit etwas Salz und ein wenig Pfeffer abschmecken und für zwei Minuten einkochen lassen. Den Kerbel waschen und trocknen. Den Rosenkohl mit etwas Kerbel bestreuen.

Die Kartoffeln waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Rosmarin waschen und trocknen. Eine Pfanne mit dem Sonnenblumenöl und der Butter erhitzen und die Kartoffelwürfel und die Hälfte der Rosmarinzweige anbraten. Abschließend mit den restlichen Rosmarinzweigen garnieren.

Die Cocktailtomaten waschen und trocknen. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen und die Cocktailtomaten anbraten.

Die Lammkoteletts waschen, trocken tupfen und mit etwas Salz und Pfeffer kräftig würzen. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Eine Pfanne mit etwas Olivenöl erhitzen. Die Lammkoteletts am Fettrand einschneiden und anbraten. Kurz vor Ende der Garzeit den Knoblauch hinzufügen.

Die Lammkoteletts mit scharfem Rosenkohl und Bratkartoffeln auf Tellern anrichten, mit den Cocktail-Tomaten garnieren und servieren.

Gabriele Görres am 07. April 2015

Lamm-Kotelett mit Rote-Bete-Couscous, Erbsen-Schaum

Für zwei Personen

Für das Lammkotelett:

4 Lammkoteletts à 100 g	1 Zehe Knoblauch	1 EL Butterschmalz
1 Zweig Rosmarin	Salz	bunter Pfeffer

Für den Couscous:

200 g Couscous	1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch
$\frac{1}{2}$ Zitrone (Saft)	200 ml Rote-Bete-Saft	2 EL Olivenöl
$\frac{1}{2}$ TL Ras-el-Hanout	Salz	bunter Pfeffer

Für den Erbsenschaum:

1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch	300 g Erbsen
1 Zitrone (Saft)	1 EL Butterschmalz	200 ml Sahne
80 ml weißer Portwein	400 ml Geflügelfond	Salz, bunter Pfeffer

Für die Garnitur:

100 g Erbsen	100 g Zuckerschoten	Olivenöl
--------------	---------------------	----------

Für das Lammkotelett:

Den Ofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Koteletts waschen und trocken tupfen. Knoblauch ausdrücken. Pfanne salzen, Butterschmalz, Knoblauch und Rosmarin darin erhitzen, Koteletts dazugeben und von allen Seiten scharf anbraten. Mit Pfeffer würzen und im Ofen warm stellen.

Für den Couscous:

Die Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Öl in einem Topf erhitzen, Schalotte und Knoblauch darin anschwitzen und mit Zitronensaft ablöschen. Mit Rote-Beete-Saft begießen und aufkochen lassen.

Meerrettich unterrühren, Couscous hinzugeben und auf niedrigster Stufe unter gelegentlichem Rühren ziehen lassen. Bratenfett vom Lamm hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Erbsenschaum:

Die Schalotte und Knoblauch abziehen und klein schneiden.

Butterschmalz in einem Topf erhitzen und Schalotte und Knoblauch darin anschwitzen. Mit Portwein ablöschen und verdunsten lassen. Mit Fond aufgießen, Erbsen hinzugeben und garen lassen. Mit einem Stabmixer pürieren und durch ein Sieb passieren. Sud mit 100 ml Sahne hinzugießen und köcheln lassen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Restliche Sahne aufschlagen und kurz vor dem Anrichten untermixen.

Für die Garnitur:

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und Erbsen und Zuckerschoten darin anschwitzen. Die Lammkoteletts und Couscous auf Tellern anrichten, Erbsenschaum darüber geben, mit Erbsen und Zuckerschoten garnieren und servieren.

Daniel Dannenberg am 17. August 2017

Lamm-Kotelett mit Thymian-Kruste und Rotwein-Soße

Für zwei Personen

Für das Lammkotelett:

4 Lammkoteletts à 100 g	1 Scheibe Toastbrot	1 Zehe Knoblauch
75 g Cherrytomaten	30 g getr. Öl-Tomaten	30 g Parmesan
1 EL Olivenöl	½ Bund Thymian	Olivenöl
Salz, Pfeffer		

Für die Rotweinsauce:

100 ml Lammfond	75 ml trockener Rotwein	½ EL Speisestärke
Thymian		

Für das Kartoffel-Kürbispüree:

300 g vorw. festk. Kartoffeln	¼ Hokkaidokürbis	100 g Butter
150ml Milch	Muskat, Salz, Pfeffer	

Für die Speckbohnen:

80 g durchwachsener Speck	200 g Bohnen	1 Zwiebel
100 g Butter	getr. Bohnenkraut	Salz, Pfeffer

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Für das Lammkotelett ein paar Thymianblättchen abzupfen, den restlichen Thymian klein hacken. Die getrockneten Tomaten fein würfeln. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Die Rinde des Toastbrots abschneiden und das Brot fein zerbröseln. Den Parmesan reiben. Etwa zwei Drittel des gehackten Thymians mit den Tomaten, dem Knoblauch, dem Parmesan, dem Brot und dem Öl mischen. Die Lammkoteletts waschen und trocken tupfen. In einer Pfanne mit etwas Olivenöl von beiden Seiten etwa eine Minute anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Koteletts nebeneinander in eine Auflaufform geben, mit der Thymianmasse bestreichen und im Ofen etwa zehn Minuten backen. Die Cherrytomaten drei bis vier Minuten vor Ende der Garzeit zum Kotelett geben und mitgaren. Die Koteletts aus der Form holen, sie in Alufolie einwickeln und bei 80 Grad im Ofen warmhalten. Den Bratensatz aus der Pfanne mit Rotwein und Lammfond ablöschen und zum Kochen bringen. Die Sauce einreduzieren lassen. Die Speisestärke mit etwas von der Flüssigkeit anrühren und die Sauce damit binden. Den restlichen gehackten Thymian dazugeben. Für das Kartoffel-Kürbispüree die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Die Kerne vom Kürbis entfernen. Den Kürbis in grobe Stücke schneiden und nach zehn Minuten zu den Kartoffeln geben. Die Kartoffeln und den Kürbis gar kochen lassen, das Wasser abgießen und ausdampfen lassen. Die Butter und die Milch hinzufügen und zu einem Püree stampfen. Mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss abschmecken. Für die Speckbohnen Wasser in einem Topf zum Kochen bringen, kräftig salzen und die Bohnen darin bissfest kochen. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Den Speck in Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Speck mit der Butter andünsten. Die Bohnen dazugeben und kurz durch schwenken. Mit Salz, Pfeffer und Bohnenkraut würzen. Das Kotelett mit der Sauce anrichten und mit den Thymianblättchen bestreuen. Mit dem Kartoffel-Kürbispüree und den Speckbohnen servieren.

Jens Rigterink am 28. Januar 2015

Lamm-Kotelett, Tomaten-Soße, Aubergine, Wildkräuter

Für zwei Personen

Für die Gewürzpaste:

1 Knolle Kurkuma à 3 cm 1 Knolle Ingwer à 3 cm 1 TL Himalaya-Salz
1 TL Schwarze Pfefferkörner

Für das Lammkotelett:

2 Lammkoteletts am Stiel à 160 g 1 Knoblauchzehe ½ Orange
1 Zweig Rosmarin 1 TL Gewürzpaste (s. o.) Olivenöl

Für die Aubergine:

1 Aubergine 200 g Cherrytomaten 200 ml trockener Rotwein
50 g Tomatenmark 1 Bund glatte Petersilie 2 Lorbeerblätter
1 TL Gewürzpaste (s. o.) Olivenöl

Für die Wildkräuter-Boulette:

75 g Spinat 100 g Walnüsse 50 g mittelalter Gouda
1 Stange Zitronengras 2 Eier 3 TL Mehl
1 EL Zucker 1 Bund glatte Petersilie 1 Bund Koriander
1 Bund Minze 1 Zweig Thai Basilikum 2 Kaffir-Limettenblätter

Für die Garnitur:

1 Avocado 2 EL Balsamico-Creme Pflanzenöl, Salz, Pfeffer

Für die Gewürzpaste:

Kurkuma und Ingwer schälen, klein schneiden und mit Salz und Pfeffer im Mörser zu einer feinen Creme zermahlen.

Für das Lammkotelett:

Lammkoteletts waschen und trocken tupfen. Die Koteletts mit der Gewürzpaste würzen. Knoblauch abziehen und klein hacken. Lammkoteletts in einer Pfanne mit Öl, Rosmarin und Knoblauch ca. 5 Minuten von beiden Seiten anbraten.

Einige Scheiben Orange in die Pfanne geben und 12 Minuten mitrösten.

Für die Aubergine mit Tomatensauce:

Aubergine in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten. Sobald die Aubergine gebräunt ist, diese auf einen Teller geben. Tomaten halbieren und in derselben Pfanne kurz rösten. Tomatenmark, Lorbeer und Gewürzpaste dazugeben. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Nach 4 Minuten mit Rotwein ablöschen und Petersilie unterrühren.

Für die Wildkräuter-Boulette:

Die Walnusskerne mit Zucker und den Kaffir-Limettenblättern in einer Moulinette fein mahlen. Koriander, Petersilie, Minze und Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Spinat verlesen, waschen und trockenschleudern. Zitronengras und Gouda fein schneiden. Walnuss-Mehl, Kräuter, Spinat, Zitronengras, Gouda, Mehl und Eier verkneten. Mit Kurkuma, Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Bouletten von beiden Seiten kräftig ca. 10 Minuten anbraten.

Für die Garnitur:

Die Avocado halbieren, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel herausnehmen. Die Avocado in Spalten schneiden und mit der Balsamico-Creme beträufeln.

Das Lammkotelett mit Tomatensauce, Aubergine, Avocado und Wildkräuter-Boulette auf Tellern anrichten und servieren.

Samuel Mottaki am 27. Februar 2017

Lamm-Koteletts, Gremolata, Ratatouille, Kartoffel-Spalten

Für zwei Personen

Für die Koteletts:	4 Lammkotelets à 100 g	2 Knoblauchzehen
3 Zweige Rosmarin	3 Zweige Thymian	3 Zweige Oregano
2 EL Olivenöl	2 EL grobes Meersalz	
Für die Kartoffelspalten:	300 g Drillinge	3 Zweige Rosmarin
3 Zweige Thymian	3 Zweige Oregano	Olivenöl, Salz, Pfeffer
Für das Ratatouille:	1 grüne Zucchini	1 gelbe Zucchini
1 lila-weiße Aubergine	1 Aubergine	3 Tomaten
3 Kartoffeln	3 Zwiebeln	2 Schalotten
400 g passierte Tomaten	75 g Parmesan	3 Zweige Rosmarin
3 Zweige Thymian	3 Zweige Oregano	3 Zweige Basilikum
Olivenöl, Salz, Pfeffer		
Für die Gremolata:	1 Bund glatte Petersilie	4 Knoblauchzehen
1 Zitrone	1 Orange	

Für die Koteletts:

Rosmarin, Thymian und Oregano abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Kräuter in einem Mörser mit dem Meersalz grob stoßen. Die Lammkoteletts mit Olivenöl bestreichen und in der Gewürzmischung wenden.

Das marinierte Fleisch in einer Grillpfanne von beiden Seiten ca. 2 Minuten mit angedrücktem Knoblauch scharf anbraten.

Für die Kartoffelspalten:

Die Kartoffeln in Spalten schneiden und in einem Topf mit sprudelndem Salzwasser 10 Minuten kochen. Kartoffeln abgießen und halbieren. Mit der Schnittfläche nach unten in eine Pfanne mit reichlich Öl geben. Die Rosmarin, Thymian und Oregano abbrausen, trockenwedeln und zum Öl geben. Die Kartoffeln salzen, pfeffern und für 5 Minuten anrösten.

Für das Ratatouille:

Den Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Zucchini, Auberginen und Kartoffeln waschen. Die Zwiebeln abziehen und mit den anderen Gemüsesorten auf einem V-Hobel in hauchdünne Scheiben hobeln. Die Tomaten mit dem Messer dünn aufschneiden.

Die Gemüsescheiben in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anbraten und abwechselnd in einer kleinen Auflaufform fächerförmig schichten. Schalotte abziehen und kleinschneiden. In einem kleinen Topf mit Olivenöl die Schalotten anschwitzen. Passierte Tomaten dazugeben. Rosmarin, Thymian, Oregano und Basilikum abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Mit reichlich Kräutern, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Sauce über das geschichtete Gemüse in die Auflaufform gegeben und für 15 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Den Parmesan auf einer Vierkantreibe hobeln, über das Gemüse geben und mit diesem für weitere 5 Minuten gratinieren.

Für die Gremolata:

Von der Zitrone und der Orange einige Zesten reißen. Knoblauch abziehen und grob schneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Die Zesten, Knoblauch und Petersilie in einer Moulinette zu einer feinen Creme verarbeiten.

Die gegrillten Lammkoteletts mit Gremolata, Ratatouille und Kartoffelspalten auf Tellern anrichten und servieren.

Felix Schütte am 15. Mai 2017

Lamm-Koteletts, Rotwein-Reduktion, Caponata, Polenta

Für zwei Personen

Für die Lamm-Stielkoteletts:

6 Lamm-Stielkoteletts à 80 g 1 Zehe Knoblauch Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für die Rotwein-Reduktion:

1 Schalotte 500 ml trock. Rotwein 1 Zweig Rosmarin
1 EL Zucker Salz Pfeffer

Für die Caponata:

1 Aubergine 1 rote Paprika 1 gelbe Paprika
1 Rote Zwiebel 1 Zehe Knoblauch 1 Dose Tomaten, in Stücken
2 EL Kapern 10 schwarze Oliven 50 ml dunkler Balsamico-Essig
2 EL flüssiger Honig 1 Bund Thymian Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für die Polenta:

125 g Instant-Polenta 500 ml Gemüsefond Olivenöl, Salz, Pfeffer

Ofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Für die Lamm-Stielkoteletts Fleisch kalt abwaschen, trockentupfen und plattieren. Knoblauch abziehen und andrücken. Lamm mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Grillpfanne Olivenöl erhitzen, Knoblauch hinzufügen und Lamm bei starker Hitze auf jeder Seite circa zwei Minuten braten. Auf einen Teller geben und im vorgeheizten Backofen bei 100 Grad warmhalten.

Für die Polenta Gemüsefond aufkochen. Instant-Polenta mit einem Schneebesen einrühren und eine bis zwei Minuten aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und in eine mit Öl bepinselte Auflaufform geben. Auskühlen lassen. Anschließend runde Kreise ausstechen. In einer Grillpfanne Olivenöl erhitzen und Polenta-Taler von beiden Seiten anbraten.

Für die Caponata Thymian abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Aubergine waschen, Enden entfernen und Fruchtfleisch würfeln. Paprikaschoten waschen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einer beschichteten Pfanne Olivenöl erhitzen und Aubergine hellbraun anbraten. Paprika, Zwiebel und Knoblauch zugeben, salzen, pfeffern und mit Balsamico-Essig ablöschen. Dosentomaten und Thymian untermischen und zugedeckt unter gelegentlichem Rühren ca. 10 Minuten schmoren. Oliven und Kapern zugeben und weitere fünf Minuten ohne Deckel ziehen lassen. Mit Salz, Honig und Pfeffer abschmecken.

Für die Rotwein-Reduktion Schalotte abziehen und in feine Streifen schneiden. Zucker bei mittlerer Hitze in einem Topf schmelzen, Schalotte hinzufügen und weich dünsten. Hitze erhöhen und mit Rotwein ablöschen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, ebenfalls in den Topf geben und Flüssigkeit um die Hälfte reduzieren lassen. Rosmarin entfernen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Lamm-Stielkoteletts mit Rotwein-Reduktion, Caponata und gebratener Polenta auf Tellern anrichten und servieren.

Graziella Macri am 21. November 2016

Lamm-Lachs im Kräuter-Mantel, Rahm-Pak Choi, Chutney

Für zwei Personen

Für den Lammlachs:

2 Lammlachs à 150 g

$\frac{1}{2}$ Bund Oregano

Pfeffer

$\frac{1}{2}$ Bund Rosmarin

Olivenöl

$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum

Salz

Für den Rahm-Pak Choi:

200 g Pak Choi

150 g Crème Fraîche

Pfeffer

1 Schalotte

Olivenöl

1 Zehe Knoblauch

Salz

Für das Johannisbeer-Chutney:

200 g rote Johannisbeeren

1 Gewürznelke

50 g Zucker

1 rote Chilischote

50 ml halbtrockener Rotwein

1 Schalotte

1 EL Himbeeressig

Den Ofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für den Lammlachs im Kräutermantel Rosmarin, Basilikum und Oregano mit einem Pürierstab klein häckseln. Mit etwa vier Esslöffeln Olivenöl zu einer Paste verrühren. Öl in einer Pfanne erhitzen und Lammlachse scharf anbraten. Fleisch herausnehmen, mit der Paste rundherum bestreichen und in den Backofen geben.

Für den Rahm-Pak Choi Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen. Pak Choi waschen und klein schneiden, mit Schalotten und Knoblauch andünsten, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Crème fraîche unter Rühren hinzugeben.

Für das Johannisbeer-Chutney Chili aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien, fein hacken. Schalotte abziehen und klein hacken. Johannisbeeren waschen, mit Chili und Schalotten, Rotwein, Essig, Zucker und der Nelke aufkochen und eindicken lassen.

Die Sauce anschließend passieren. Lammlachs im Kräutermantel mit Rahm-Pak Choi und dem Johannisbeer-Chutney auf einem Teller anrichten und servieren.

Pritam Hackenberg am 04. April 2016

Lamm-Lachs in Kräuter-Kruste, Soße, Kartoffel-Gratin

Für zwei Personen

Für die Lammlachse:

2 Lammlachse à 200 g	1 Zehe Knoblauch	2 TL Senf
2 Zweige Petersilie	2 Zweige Basilikum	2 Zweige Thymian
2 Zweige Rosmarin	Salz	Pfeffer

Für die Rotweinsauce:

1 Knoblauchzehe	100 ml Rotwein	250 ml Lammfond
Salz	Pfeffer	

Für das Kartoffelgratin:

8 festk. Kartoffeln	100 ml Sahne	1 Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen weiteren Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Kartoffelgratin Kartoffeln schälen und längs halbieren, die Hälften in schmale Scheiben schneiden. Zwei kleine Gratinformen ausbuttern und die Kartoffelscheiben fächerförmig in den Gratinformen auslegen. Beide Förmchen mit Sahne übergießen mit Salz, Pfeffer und etwas Muskatnuss würzen. Bei 200 Grad im Ofen ca. 20 Minuten gratinieren.

Lammlachse salzen, pfeffern und mit etwas Olivenöl in einer Pfanne von allen Seiten kurz und scharf anbraten, dann das Fleisch wieder herausnehmen. Die Pfanne beiseite stellen und für die Sauce weiter verwenden. Eine Knoblauchzehe, schälen, pressen und das Fleisch damit einreiben. Für die Sauce eine weitere Zehe Knoblauch, schälen, sehr fein hacken und in die beiseite gestellte Bratpfanne geben. Die Pfanne wieder erhitzen und Kalbsfond und Rotwein dazu geben. Aufkochen und bei kleiner Hitze leicht einkochen lassen.

Petersilie, Basilikum, Thymian und Rosmarin fein hacken und mischen. Das Fleisch mit dem Senf einstreichen. Dann das Fleisch in den gehackten Kräutern wälzen, so dass diese daran haften bleiben.

Das Fleisch auf ein Blech legen und in den anderen, auf 80 Grad vorgeheizten Ofen schieben. Nach ca. 15 Minuten rausholen und etwas ruhen lassen. Dann in Tranchen aufschneiden.

Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, danach durch ein Sieb passieren.

Die Rotweinsauce als Spiegel auf Tellern verteilen, die Lammtranchen darauf anrichten und das Kartoffelgratin dazu servieren.

Francois Rominger am 25. November 2015

Lamm-Lachs mit Aprikosen-Orangen-Ingwer-Soße, Möhren

Für zwei Personen

Für den Lammlachs:

2 Lammlachse à 200 g	2 Zehen Knoblauch	3 Zweige Rosmarin
1 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Sauce:

1 Zwiebel	1 Bio-Orange	20 g Ingwer
1 Chilischote	50 g kalte Butter	100 ml Wildfond
100 ml trockener Weißwein	50 g Aprikosengelee	2 Zweige Rosmarin
1 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für das Gemüse:

250 g Bundmöhren	80 g Zuckerschoten	30 ml Orangensaft
50 ml Wasser	½ EL Blütenhonig	2 Stängel Estragon
1 Msp. Zimtpulver	1 EL Butter	Salz, Pfeffer

Für die Zucchini-Taler:

2 Mini-Zucchini	200 g Mehl	1 Ei
Rapsöl	Salz	

Fett in der Fritteuse erhitzen.

Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Fleisch Lammlachse parieren, waschen und trocken tupfen. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Knoblauchzehen andrücken. Olivenöl erhitzen, Lammlachse mit Knoblauch und Rosmarin von allen Seiten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dann für 15 Minuten bei 100 Grad auf mittlerer Schiene in den Ofen geben.

Für die Sauce Zwiebel abziehen und würfeln. Orange auspressen. Ingwer schälen und klein schneiden. Chilischote waschen, entkernen und ebenfalls zerkleinern. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Olivenöl erhitzen und Zwiebeln, Ingwer, Chili und Rosmarin darin anschwitzen. Mit Wildfond, Weißwein und Orangensaft ablöschen und zur Hälfte einkochen lassen. Sauce durchsieben, Gelee unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Binden kalte Butter unterrühren.

Für die Zucchini-Taler Zucchini schälen, in dünne Scheiben schneiden und kräftig salzen. Zehn Minuten ziehen lassen. Dann Salz abtupfen und Taler mehlieren. Ei aufschlagen und die Zucchini-Taler darin wälzen. Dann in heißem Fett frittieren und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für das Gemüse Möhren schälen, längs vierteln und in sechs Zentimeter lange Stifte schneiden. Zuckerschoten waschen und trocken tupfen. Butter erhitzen, Möhren darin anschwitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Honig, Orangensaft und 50 Milliliter Wasser angießen und zehn Minuten bei geschlossenem Deckel garen lassen. Zwei Minuten vor Ende der Garzeit Zuckerschoten hinzufügen. Estragon abbrausen, trockenwedeln, klein schneiden und samt Zimt dazugeben.

Lammlachs mit Aprikosen-Orangen-Ingwer-Sauce, Möhren-Zuckererbsen-Gemüse und Zucchini-Talern anrichten und heiß servieren.

Klaus Badorek am 04. Mai 2016

Lamm-Lachs mit Auberginen-Tomaten-Auflauf und Bulgur

Für zwei Personen

Für die Lammlachse:

2 Lammlachse à 160 g	3 Knoblauchzehen	1 Knolle Ingwer à 2 cm
1 Zitrone, Schale	1 Orange, Schale	1 EL Orangenmarmelade
½ Vanilleschote	2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Thymian
1 TL getr. Oregano	½ TL bunte Pfefferkörner	1 EL Butter
1 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Auflauf:

1 Aubergine	2 getrocknete Tomaten in Öl	400 g geschälte Dosen-Tomaten
¼ Staudensellerie mit Grün	3 Tomaten	1 kleine Zwiebel
2 Knoblauchzehen	2 EL Tomatenmark	1 Orange, Saft
1 EL eingelegte Kapern	30 g grüne Oliven	1 EL Walnusskerne
2 EL Puderzucker	100 ml trockener Weißwein	1 EL Balsamico
2 Lorbeerblätter	1 Zweig Rosmarin	4 Zweige Thymian
½ TL getr. Oregano	4 Pimentkörner	1 EL Rosinen
1 EL Zuckerrübensirup	3 EL Olivenöl	100 ml neutrales Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Bulgur:

200 g Bulgur	400 ml Hühnerfond	½ TL mildes Paprikapulver
½ TL Kreuzkümmel	5 EL passierte Tomaten	Salz, Pfeffer

Für die Lammlachse:

Das Fleisch mit kaltem Wasser waschen und trockentupfen.

Die Zitrone abreiben und in Scheiben schneiden. Den Abrieb zur Seite stellen.

Die Orange und den Ingwer schälen, die Orangenschale zur Seite stellen und den Ingwer in Scheiben schneiden. Rosmarin- und Thymian abbrausen, trockenwedeln und in eine Pfanne geben. Eine Zitronenscheibe und zwei Ingwerscheiben untermischen. Die Knoblauchzehen am Stück dazugeben. Das Fleisch in einer Pfanne mit Öl 5 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und zu der Zitrone, dem Knoblauch, dem Ingwer und den Zweigen legen und xx Minuten auf allen Seiten scharf anbraten.

Zitronen- und Orangenzesten mit der halbierten Vanilleschote in einer Pfanne mit aufgeschäumter Butter 4 Minuten erhitzen. Das Fleisch damit glasieren.

Für den Auflauf:

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Aubergine waschen, trockentupfen, in Scheiben schneiden, mit Salz bestreuen und einige Minuten zur Seite stellen. Anschließend die Auberginenscheiben mit Küchenpapier trockentupfen und in Öl in einer Pfanne von beiden Seiten 5 Minuten anbraten. Auf Küchenkrepp abtropfen. Die Orange halbieren, den Saft auspressen und auffangen. Rosinen in den Saft legen und zur Seite stellen.

Die Oliven in grobe Scheiben schneiden.

In einem Topf Wasser zum Kochen bringen, die frischen Tomaten 2 Minuten hineinlegen und häuten. In grobe Stücke schneiden.

Die getrockneten Tomatenscheiben in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und in Würfel schneiden.

Rosmarin und Thymian abbrausen, trockenwedeln und kleinhacken. Die Dosentomaten mit dem Stabmixer fein pürieren.

In einer Pfanne den Puderzucker karamellisieren. Das Tomatenmark dazugeben, mit dem Wein ablöschen und das Ganze reduzieren.

Zwiebel, Knoblauch, getrocknete Tomatenwürfel, Oliven und die Kapern hinzugeben und kurz anbraten. Die Stückchen aus den geschälten Tomaten hinzufügen und Rosmarin, Thymian und Oregano hinzugeben. Die eingelegten Rosinen und die Walnüsse gut untermischen. Stücke der getrockneten Tomaten untermengen und alles 5 Minuten weiterkochen lassen. Zum Schluss mit Zuckerrübensirup, Balsamico, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Auberginenscheiben in einer Auflaufform abwechselnd mit der Tomatensauce schichten und im vorgeheizten Ofen für 10 Minuten garen.

Für den Bulgur:

In einem Topf Bulgur, Paprika, Kreuzkümmel und Tomatensauce erhitzen. Hühnerfond angießen und einmal aufkochen lassen. Bei niedriger Hitze ca. 10 Minuten köcheln.

Mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Den rosa gebratenen Lammlachs mit Auberginen-Tomaten-Auflauf und Bulgur auf einen Teller anrichten und servieren.

Anastasia Varsami am 10. Juli 2017

Lamm-Lachs mit gestampften Süßkartoffeln und Weißkraut

Für zwei Personen

Für den Lammlachs:

2 Lammlachse à 150 g	2 Knoblauchzehen	150 g Butter
2 Zweige Rosmarin	1 Zweig Thymian	Rapsöl

Für die Süßkartoffeln:

4 mittelgroße Süßkartoffeln	2 cm Ingwer	150 g Butter
100 ml Sahne	1 TL Zimt	1 TL Sternanis
1 Zitrone	1 Zweig Rosmarin	1 Muskatnuss
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für das Weißkraut:

1 Kopf Weißkraut	100 g gewürfelter Speck	2 Zwiebeln
100 ml Sahne	100 g Zucker	Salz, schwarzer Pfeffer

Den Ofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Für den Süßkartoffelstampf die Süßkartoffeln schälen und in Stücke schneiden. Dann in Salzwasser für 15 bis 20 Minuten kochen. Anschließend das Wasser abgießen und die Kartoffeln grob stampfen. Die Butter mit der Sahne in einem Topf aufkochen lassen. Sternanis und Zimt dazugeben. Den Rosmarin abzupfen und die Muskatnuss reiben. Den Ingwer schälen und fein reiben. Butter-Sahne-Gemisch mit Rosmarin, Muskat und Ingwer zu dem Stampf geben und grob aufschlagen. Die Zitrone waschen und trocknen. Einen Teil der Zitronenschale zu dem Stampf reiben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Lammlachs in einer Pfanne das Öl erhitzen und die Lammlachse scharf darin anbraten. Den Knoblauch abziehen und andrücken und mit in die Pfanne geben. Thymian und Rosmarin abzupfen und mit der Butter dazugeben. Anschließend das Fleisch in den Ofen geben und gar ziehen lassen.

Für das Weißkraut die Zwiebel abziehen und fein hacken. Gemeinsam mit dem Speck anbraten und wieder herausnehmen. In einer neuen Pfanne den Zucker karamellisieren lassen. Anschließend das Weißkraut in Streifen hobeln, zugeben und anbraten. Danach die Zwiebeln und den Speck sowie die Sahne zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Süßkartoffeln in einem Vorspeisenring anrichten. Das Weißkraut in der Mitte anrichten und das Fleisch anlegen und servieren.

Christoph Kist am 18. Mai 2015

Lamm-Lachs mit grünem Spargel, Rosmarin-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für die Rosmarin-Kartoffel:

400 g Drillinge	2 Zehen Knoblauch	100 ml Olivenöl
2 Zweige Rosmarin	grobes Salz	

Für das Lammlachs:

2 Lammlachs à 200 g	1 Schote Chili (Piri-Piri)	2 Zehen Knoblauch
100 ml Olivenöl	2 Zweige Rosmarin	grobes Salz

Für den Spargel:

10 Stangen grüner Spargel	1 weiße Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
---------------------------	-----------------	------------------

Rapsöl, Salz, Pfeffer

Für die Sour-Cream:

125 g Sahnequark (40 %)	250 g Creme-fraîche	1 Bund Schnittlauch
1 EL Milch	Salz	Pfeffer

Für die Rosmarin-Kartoffel:

Den Ofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Kartoffel kurz abwaschen, trocken tupfen, halbieren und in einen Gefrierbeutel geben. Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und Nadeln abzupfen.

Öl, Knoblauch, Rosmarin und Pfeffer in den Gefrierbeutel geben hinzugeben und vermengen. Auf einem Backblech Backpapier auslegen, Kartoffelscheiben ausbreiten und mit dem groben Salz bestreuen. Für ca. 20 bis 25 Minuten in den Ofen geben. Kartoffeln vom Blech heben und auf Küchenpapier ausfetten lassen.

Für das Lammlachs:

Den Ofen auf 80 Grad Umluft erhitzen.

Den Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und Nadeln abzupfen. Chili der Länge nach aufschneiden, Scheidewände und Kerne entfernen und fein hacken.

Öl, Knoblauch, Rosmarin und Pfeffer in einen Gefrierbeutel geben und vermengen.

Lamm waschen, trocken tupfen und für einige Minuten in die Marinade geben. Chili nach und nach hinzugeben, bis die gewünschte Schärfe erreicht ist.

Lachse aus der Marinade holen und leicht trocken tupfen. Marinade in eine Pfanne geben und erhitzen. Fleisch scharf anbraten und zum Ruhe auf ein Rost in den Ofen geben.

Vor dem Servieren das Fleisch in Tranchen aufschneiden.

Für den Spargel:

Den Spargel schälen und die Enden abbrechen. In einer Grillpfanne Öl erhitzen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Spargel mit Zwiebeln und Knoblauch in der Pfanne braten.

Für die Sour-Cream:

Den Quark und das Creme fraîche verquirlen. Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Schnittlauch unter die Creme rühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Je nach Konsistenz mit Milch cremig rühren.

Das Lammlachs zusammen mit Spargel und Zwiebel-Knoblauch-Mischung anrichten, Kartoffeln dazugeben, mit Soure-Creme garnieren und servieren.

Helmut Ketteniß am 22. Juni 2017

Lamm-Lachs mit Gremolata, Speck-Bohnen, Malfatti

Für zwei Personen

Für Lamm, Gremolata:

2 Lammlachs, à 150 g	50 g Parmesan	50 g Semmelbrösel
2 unbehandelte Zitronen	2 junge Knoblauchzehen	200 ml Lammfond
100 ml trockener Rosé	200 ml roter Portwein	200 ml süße Sahne
3 EL Olivenöl	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Rosmarin
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für die Malfatti:

200 g Spinat	100 g Mehl	100 g Ricotta
80 g Parmesan	1 Zwiebel, klein	Butter
2 Eier	1 Muskatnuss	

Für die Bohnen:

4 Scheiben Bacon, mild geräuchert	300 g Prinzessbohnen	1 Knoblauchzehe
-----------------------------------	----------------------	-----------------

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Malfatti den Spinat tropfnass im Topf erhitzen, zusammenfallen lassen, auspressen und fein hacken. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Etwas Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin andünsten. Den Parmesan und etwas Muskatnuss reiben. Anschließend den Ricotta unter die Zwiebel mengen, ein ganzes Ei sowie ein Eigelb, die Hälfte des Parmesans, die Semmelbrösel, etwas Salz und Pfeffer sowie Muskat hinzugeben.

Das Lammfilet waschen, trocken tupfen und in einer Pfanne mit etwas Olivenöl nur eine Minute von jeder Seite anbraten. Anschließend salzen, pfeffern und im Ofen warm stellen. Den Bratenfond mit dem Portwein und dem Rosé ablöschen. Anschließend den Lammfond hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Bohnen putzen. Die Knoblauchknolle andrücken. Einen Topf mit Salzwasser und dem Knoblauch aufsetzen und die Bohnen darin gar kochen.

Für die Gremolata zwei Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Die Petersilie zupfen und fein hacken. Etwas Schale von den Zitronen reiben und mit der Petersilie, dem Knoblauch sowie dem restlichen Olivenöl zu einer Paste verrühren. Den Parmesan reiben und je nach Konsistenz hinzugeben. Das Lammfilet aus dem Ofen nehmen, gegebenenfalls nochmals kurz anbraten, mit der Gremolata bestreichen, Butterflöckchen auflegen und erneut im Ofen bei 220 Grad Grillfunktion auf mittlerer Schiene circa zehn Minuten gratinieren.

Für die Malfatti einen Topf mit Salzwasser zum Kochen zu bringen. Den Teig zu Klößchen formen, in das kochende Wasser geben und kochen, bis sie oben schwimmen. Anschließend herausnehmen und abtropfen lassen. Die Malfatti in eine Ofenform geben, mit dem restlichen Parmesan und etwas Butter bestreuen und nochmals kurz im Ofen überbacken.

Für die Bohnen die Baconscheiben auslegen, die Bohnen hineinlegen, die Päckchen zusammenbinden und kurz in einer Pfanne rösten.

Etwas Petersilie und Rosmarin zupfen, klein hacken. Die Sauce nochmals erwärmen, die Sahne hinzugeben, mit dem Rosmarin und der Petersilie würzen und kurz aufkochen lassen.

Den mit Gremolata überbackenen Lammlachs mit den Speck-Bohnen und den Malfatti auf Tellern anrichten und servieren.

Bernd Möller am 16. September 2015

Lamm-Lachs mit Kichererbsen-Reis und Gurken-Minz-Joghurt

Für zwei Personen

Für das Lamm:

2 Lammlachse à 200g	1 Orange	1 Zitrone
2-4 EL Olivenöl	Butterschmalz	

Für den arabischen Reis:

150 g „Basmati & Wildreis“-Mischung	100 g gegarte Kichererbsen	1 rote Zwiebel
50 g Rosinen	1 Bund Petersilie	½ Bund Dill
1 TL Kreuzkümmel, gemahlen	1 TL Currypulver	4 EL Mehl
4 EL Olivenöl	Sonnenblumenöl	Salz
Pfeffer		

Für den Gurkenjoghurt:

2 Mini Gurken	1 Zitrone	250g griech. Joghurt
½ Knoblauchzehe	½ Bund Minze	1 Prise Cayennepfeffer
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

1 Granatapfel

Die Fritteuse auf 180 Grad vorheizen.

Einen Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Den Reis mit der doppelten Menge Wasser und einer Prise Salz in einem Topf bissfest kochen. Die Lammlachse waschen und trocken tupfen. Orangen und Zitronenzesten von den Früchten abziehen. Das Fleisch mit Olivenöl einreiben und anschließend die Orangen- und Zitronenzesten drauf verteilen. Das Lamm bei 100 Grad Umluft 30 Minuten garen. Für den Gurkenjoghurt die Gurke schälen und in hauchdünne Scheiben

schneiden. Den Saft einer halben Zitrone auspressen. Die Minze abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Die Knoblauchzehe abziehen und kleinhacken. Einen Esslöffel Zitronensaft mit Minze, Knoblauch und Joghurt vermengen, die Gurke dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Gurkenjoghurt mindestens 20 Minuten im Kühlschrank durchziehen lassen.

Für den arabischen Reis Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Kreuzkümmel und Currypulver kurz darin anschwitzen und sofort die Kichererbsen mit einem Viertel Teelöffel Salz hinzufügen. Eine bis zwei Minuten unter Rühren erwärmen, dann in eine große Schüssel füllen.

Die Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Die Zwiebelringe in Mehl wenden, bis sie damit überzogen sind, dann portionsweise circa zwei bis drei Minuten in der Fritteuse frittieren. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

Petersilie und Dill abbrausen und kleinhacken. Den Reis mit Kichererbsen, Rosinen, etwas Petersilie, Dill und den Zwiebelringen mischen. Mit Salz, Pfeffer und Olivenöl abschmecken.

Den Granatapfel, am besten in einer Schüssel mit Wasser, entkernen, so spritzt es nicht.

Das Lamm aus dem Ofen holen. Eine Pfanne mit Butterschmalz erhitzen und das Lamm pro Seite circa zwei Minuten anbraten.

Den Reis gemeinsam mit Gurkenjoghurt und Lamm anrichten, mit einigen Granatapfelkernen bestreuen und servieren.

Neele Klipp am 25. April 2016

Lamm-Lachs mit Kräuter-Butter, Kartoffel-Püree, Spargel

Für zwei Personen

Für die Lammlachse:

200 g Lammlachs

3 EL Butter

schwarzer Pfeffer

1 Zweig Rosmarin

Sesam

1 Zweig Thymian

Salz

Für das Kartoffel-Sellerie-Püree:

500 g mehlig. Kartoffeln

300 ml Milch

schwarzer Pfeffer

1 Sellerieknolle

Muskat

100 g Butter

Salz

Für den Spargel:

250 g grüner Spargel

Salz

3 EL Butter

schwarzer Pfeffer

3 EL Pflanzenöl

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Die Kartoffeln und den Sellerie schälen und in gleich große Stücke schneiden. Anschließend in Salzwasser garen.

Die Lammlachse waschen und trocken tupfen. Das Lamm in einer Pfanne anbraten. Die Butter und die Kräuter dazu geben und das Fleisch aromatisieren. Anschließend im Backofen fertig garen. Den Spargel waschen und langsam in Butter und Öl anbraten. Abschmecken mit Pfeffer und Salz würzen.

Den Sellerie und die Kartoffeln abgießen etwas auskühlen lassen. Die Milch erwärmen und zu den Kartoffeln und dem Sellerie geben. Die Butter ebenfalls dazu geben und alles zu einem Püree verarbeiten. Das Püree mit Salz und Muskatnuss abschmecken.

Den Lammlachs mit Thymian-Rosmarin Butter, Kartoffel-Sellerie-Püree und gebratenem grünen Spargel auf Tellern anrichten und servieren.

Dirk Schulze am 28. September 2015

Lamm-Lachs mit Kräuter-Kruste, Rosmarin-Jus, Spätzle

Für zwei Personen

Für das Lamm:

2 Lammlachse à 200 g	2 Zehen Knoblauch	4 Zweige Thymian
4 Zweige Rosmarin	Rapsöl	

Für die Kräuterkruste:

50 g Weißbrot	2 Schalotten	1 Knoblauchzehe
50 g Butter, zimmerwarm	½ Bund Kräuter	

Für die Kräuterspätzle:

200 g Mehl doppelgriffig	3 Eier	70 g Crème-fraîche
70 g Saure Sahne	½ Bund Kräuter	1 EL Öl
1 TL Salz	Butter	

Für den Rosmarinjus:

1 Mohrrübe	1 Stück Knollensellerie	1 Zwiebel
1 Limette	1 EL Tomatenmark	400 ml Kalbsfond
100 ml Rotwein	100 ml Portwein (rot)	5 Zweige Rosmarin
Olivener Öl	Speisestärke	Zucker, Salz, Pfeffer

Einen Backofen auf 120 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für die Kräuterkruste die Butter mit einem Mixer schaumig rühren. Kräuter waschen, trockentupfen, teilweise Stiele entfernen. Schalotten und Knoblauch abziehen und kleinhacken. Zusammen mit Kräutern und Weißbrot im Blitzhacker klein mixen. Die kleingehackte Masse unter die Butter mischen. Die Kräuterbutter zwischen zwei Frischhaltefolien ausrollen (maximal drei Millimeter dick) und in den Tiefkühler geben. Für das Fleisch Knoblauch abziehen und kleinhacken. Kräuter waschen und trockentupfen. Den Lammrücken mit den Kräutern in einer Pfanne mit Olivenöl von beiden Seiten anbraten. Anschließend für etwa 20 Minuten auf ein Gitter in den Backofen geben. Mit einem Fleischthermometer die Kerntemperatur (60 bis 62 Grad) überprüfen.

Nach etwa zehn Minuten die Kräuterbutter zum Übergrillen auf das Lamm legen. Den Backofen auf Grillfunktion 220 Grad schalten. Die Kruste sollte goldbraun werden.

Für den Rosmarinjus Rosmarin waschen, trockentupfen und kleinschneiden. Mohrrübe und Sellerie schälen, Zwiebel abziehen. Alles kleinschneiden. Den Saft einer halben Limette auspressen. Das Wurzelgemüse in etwas Olivenöl anschwitzen, anschließend Tomatenmark hinzufügen. Den Kalbsfond, den Rotwein, den Portwein und die Rosmarinzweige für ca. 5 Minuten auf großer Flamme kochen lassen. Etwas Limettensaft hinzufügen. Anschließend durch ein Sieb gießen und mit Salz und Pfeffer würzen. Nun stark einkochen lassen. Eventuell mit etwas Speisestärke abbinden.

Für die Kräuterspätzle die Kräuter fein schneiden und mit der sauren Sahne und der Creme fraîche im Mixer pürieren. Eier aufschlagen und mit dem Kräuterpüree, Mehl, Salz und Öl mit einem Handrührer drei bis fünf Minuten verkneten, bis der Teig Blasen wirft. Je nach Konsistenz, eventuell etwas kaltes Wasser (circa 100 Milliliter) hinzufügen.

In einem Topf reichlich Wasser aufkochen. Den Teig mit einer Spätzlepresse in das Wasser pressen. Wenn die Spätzle an der Oberfläche schwimmen aus dem Wasser nehmen. Abtropfen lassen und vor dem Servieren in einer Pfanne bei milder Hitze in Butter anschwemmen.

Die Lammlachse mit den Spätzle und dem Rosmarinjus auf Tellern anrichten und servieren.

Klaus-Dieter Braun am 09. März 2016

Lamm-Lachs mit Kräuter-Salat und Süßkartoffel-Püree

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Lammlachse à 160 g	100 ml Lammfond	$\frac{1}{2}$ Zwiebel
$\frac{1}{2}$ Knoblauchknolle	80 ml Rotwein	1 EL Tomatenmark
1 TL Zucker	2 EL Butterschmalz	Salz, Pfeffer

Für das Süßkartoffelpüree:

500 g Süßkartoffeln	3 Schalotten	2 Knoblauchzehen
1 Zitrone, 2 EL Saft	4 EL cremige Kokosmilch	2 EL Ghee

Für die Würzmischung:

$\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kreuzkümmel	$\frac{1}{2}$ TL Korianderpulver	$\frac{1}{4}$ TL Zimtpulver
1 TL mittelscharfes Curry	1 Zitrone	$1\frac{1}{2}$ TL feines Salz

Für den Kräutersalat:

1 Bund Minze	1 Bund Koriander	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Dill	$\frac{1}{2}$ Granatapfel	$\frac{1}{2}$ Zitrone
1 EL Weißweinessig	1 EL ml Olivenöl	3 EL gehobelte Mandel
$\frac{1}{4}$ TL Zucker	Salz	Pfeffer

Für das Fleisch:

Den Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Lammlachse in einer Pfanne mit heißem Butterschmalz von beiden Seiten 1 Minute und 15 Sekunden scharf anbraten, würzen und im Ofen etwa 10 Minuten ruhen lassen. In dieselbe Pfanne die ungeschälte Zwiebel und die längs halbierte Knoblauchknolle kurz anrösten. Mit dem Fond und Rotwein ablöschen, Tomatenmark und Zucker dazugeben und einkochen lassen. Die Sauce durch ein Sieb passieren.

Für das Süßkartoffelpüree:

Die Süßkartoffel, Schalotten und Knoblauchzehen schälen und alles sehr fein würfeln. In einem kleinen Topf Ghee erhitzen, die Süßkartoffeln, Schalotten und Knoblauchzehen hineingeben und bei starker Hitze 5 Minuten anbraten. Dann 4 EL Kokosmilch dazu geben und bei mittlerer Hitze einkochen lassen bis die Süßkartoffel weich ist. Dann alles in einen Standmixer geben.

Für die Würzmischung:

Die Gewürze in einer kleinen Schale vermischen und vor dem Pürieren mit in den Standmixer geben. Die eingekochten Süßkartoffeln mit der Würzmischung so lange pürieren, bis gewünschter Feinheitsgrad erreicht ist. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Zum Schluss das Püree mit Zitrone und Salz abschmecken.

Für den Kräutersalat:

Die Minze, Koriander, Petersilie und Dill abbrausen, trockenwedeln und von jedem Bund ca. 15 schöne Blätter abzupfen. Für den Granatapfel eine große Schüssel Wasser bereitstellen. Granatapfel halbieren und im Wasserbad die Kerne herauspellen. Die Pulpe schwimmt auf Grund der geringeren Dichte im Vergleich zu Wasser an die Wasseroberfläche und kann einfach abgeschöpft werden. Die Kerne sinken im Wasser zu Boden und können in ein Sieb abgeschüttet werden. Zitrone halbieren, den Saft auspressen und auffangen. Aus Zitronensaft, Weißweinessig und Olivenöl eine Vinaigrette anrühren und diese Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Kräuter mit der Marinade vermengen. Die gehobelten Mandeln in einer kleinen Pfanne kurz anrösten und beiseite stellen.

Die Lammlachse tranchieren und mit Kräutersalat, gerösteten Mandelblättchen und orientalischem Süßkartoffelpüree auf Tellern anrichten und servieren.

Elisa Dörr am 07. September 2017

Lamm-Lachs mit Macadamia-Kruste, Kartoffel-Rosette

Für zwei Personen

Für das Lamm:

2 Lammlachs, á 300 g	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
1 Zehe Knoblauch	4 EL Olivenöl	3 EL Butter
Salz	Pfeffer	Salzflocken

Für die Macadamia-Kruste:

20 g gehackte Macadamianüsse	15 g Macadamiacreme	10 g gemahlene Mandeln
20 g Panko-Mehl	30 g Semmelbrösel	1 TL gemahlener Majoran
1 TL Worcestersauce	1 TL Kräuter der Provence	60 g Butter

Für die Kartoffel-Rosette:

2 große, festk. Kartoffeln	50 g Butter	1 Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für das Estragon-Öl:

50 g Estragon	50 g Olivenöl	Salz
---------------	---------------	------

Für die Nuss-Kruste Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für das Lammfleisch einen zweiten Backofen auf 140 Grad Umluft vorheizen.

Lammlachse ungewürzt in Öl von beiden Seiten heiß anbraten. Anschließend mit dem Fleischthermometer in den Ofen geben. Circa 20 Minuten bis zu 53 Grad Kerntemperatur garen. Für die Kartoffelrosetten zwei Kartoffeln schälen und mit einem Gurkenhobel dünn aufschneiden. In einer Pfanne rosettenförmig anlegen. In etwas Butter von beiden Seiten braten, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Für die Nusskruste Worcestersauce, Majoran, Kräuter der Provence, Butter, Semmelbrösel, Panko-Mehl, gemahlene Mandeln, Macadamiacreme und Macadamianüsse in einer Schüssel vermengen, plattieren und auf ein Backblech geben. Im vorgeheizten Ofen 10 bis 15 Minuten backen. Den Estragon zusammen mit dem Olivenöl in den Standmixer geben und mixen, danach etwas salzen. Das Öl durch ein feines Sieb durchpressen und die Flüssigkeit in eine Schüssel geben. Anschließend Schüssel ins Eiswasser stellen.

Für die Lammlachse Butter in die Pfanne geben und Knoblauch abziehen. Lamm mit dem angebrühten Knoblauch und Rosmarin- und Thymianzweig in der Pfanne schwenken. Anschließend die Lammlachse herausnehmen und kurz ruhen lassen. Danach ein schönes Stück schräg anschneiden. Die Nusskruste nun jeweils auf der angebratenen Seite andrücken.

Die Kartoffel-Rosette mit Lammlachs und Estragon-Öl auf Tellern anrichten. Das Fleisch mit Salzflocken würzen und anschließend servieren.

Tobias Beck am 25. August 2016

Lamm-Lachs mit Quitte und Honig-Zwiebeln

Für zwei Personen

Für die Lammhochzeit:

500 g Lammlachs	1 Quitte	1 Schalotte
1 Zehe Knoblauch	1 Knolle Ingwer, à 2 cm	50 g Butter
$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma	Orientalische Gewürzmischung	6 EL Olivenöl
schwarzer Pfeffer		

Für die Honigzwiebeln:

2 rote Zwiebeln	1 Zitrone	2 TL Honig
1 TL Zucker	Olivenöl	

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Lammfleisch in mundgerechte Stücke schneiden. In einem Topf einen halben Liter Wasser zum Kochen bringen. Die Quitte waschen und drei Minuten im kochenden Wasser blanchieren. Anschließend eiskalt abschrecken, schälen, die harten Fasern entfernen und die Frucht vierteln. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen. Die Schalotte in dünne Ringe schneiden und den Knoblauch in eine große Schüssel pressen. Den Ingwer schälen und reiben. Die Schalotten, das Kurkuma, einen halben Teelöffel Ingwer und vier Esslöffel Olivenöl zum Knoblauch geben und alles vermischen. In einem Schmortopf zwei Esslöffel Olivenöl erhitzen. Das Lammfleisch mit der Gewürzmischung einreiben und im Schmortopf mit Butter von allen Seiten drei Minuten scharf anbraten. Die Quitten zum Lammfleisch geben. Mit zwei Esslöffeln Olivenöl und etwas Wasser aufgießen. Das Fleisch zugedeckt in den Ofen geben und schmoren lassen. Für die Honigzwiebeln den Saft einer halben Zitrone auspressen. Die Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. In einer Pfanne das Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze etwa zwei Minuten braten. Den Honig und den Zucker zu den Zwiebeln geben. Alles bei schwacher Hitze unter ständigem Rühren dünsten. Zum Schluss den Zitronensaft zugeben und die Zwiebeln mit einem Esslöffel Bratensaft aus dem Schmortopf beträufeln. Die Honigzwiebeln mit dem Lamm und den Quitten auf Tellern anrichten, mit Bratensaft beträufeln und mit Pfeffer gewürzt servieren.

Klaus Bolz am 11. Februar 2015

Lamm-Lachs mit Rotkohl, Kürbis-Stampf, Rotwein-Soße

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

2 Lammlachse, à 70 g	$\frac{1}{2}$ TL Pfefferkörner	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	1 Nelke	1 Sternanis
$\frac{1}{2}$ TL Zimtpulver	1 Prise Salz	3 EL Pflanzenöl
2 EL Butter		

Für den Rotkohl:

1 kleiner Kopf Rotkohl	2 kleine süßliche Äpfel	100 g vorgegarte Maronen
1 Zwiebel	1 Lorbeerblatt	$\frac{1}{2}$ Zimtstange
8 Nelken	2 EL Butterschmalz	1 TL Salz fehlt
2 EL Zucker	150 ml Rotwein	100 ml Apfelessig
1 EL Preiselbeeren, im Glas		

Für den Kürbisstampf:

1 kleiner Hokkaido-Kürbis	1 EL Butter	1 Zwiebel
200 ml Gemüfefond	2 EL Honig	1 Sternanis
1 Lorbeerblatt	1 Prise Zimt	1 kleiner süßer Apfel

Für die Sauce:

50 g dunkle Schokolade	1 rote Zwiebel	150 ml Rotwein
50 ml Gemüfefond	1 EL Butter	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	2 EL Puderzucker	Pfeffer, Salz

Für den Rotkohl die äußeren Blätter des Kohls entfernen, den Kopf halbieren, den Strunk heraus-schneiden und die Hälften fein reiben. Die Äpfel waschen, vierteln, das Kerngehäuse entfernen, die Äpfel schälen und in kleine Würfel schneiden. Butterschmalz in einem Topf erhitzen, die Apfelstücke dazugeben, mit einem Esslöffel Zucker bestreuen und leicht karamellisieren lassen. Den Rotkohl dazugeben und mit andünsten. Mit Essig und Wein ablöschen. Die Zwiebel mit den Nelken spicken und zusammen mit der Zimtstange sowie dem Lorbeerblatt dazugeben. Zu-gedeckt bei mittlerer Hitze weich schmoren lassen.

Die Maronen hacken und kurz in einer Pfanne mit einem Esslöffel Zucker karamellisieren lassen. Mit den Preiselbeeren und Salz abschmecken und die Gewürze sowie die gespickte Zwiebel wie-der entfernen.

Für den Kürbisstampf den Kürbis halbieren, das Kerngehäuse entfernen und den Kürbis würfeln. Die Zwiebel schälen und würfeln. Zwiebel und Kürbis in einem großen Topf glasig dünsten. Den Honig, Sternanis und Lorbeer zugeben und mit Gemüfefond ablöschen. Aufkochen und etwa 25 Minuten offen köcheln lassen, bis der Kürbis weich ist. Sternanis und Lorbeer entfernen und den Kürbis mit einem Kartoffelstampfer und der Butter zu einem Stampf verarbeiten. Mit Zimt Abschmecken und warm halten. Den Apfel in feine Würfel schneiden, in einer Pfanne mit etwas Honig karamellisieren lassen und zum Schluss zum Stampf servieren.

Für den Lammlachs Fleisch waschen und trocken tupfen. Thymian und Rosmarin von den Zwei-gen streifen und mit Pfeffer, Nelke, Sternanis, Zimt und Salz in einem Mörser fein zerstoßen. Die Gewürzmischung gleichmäßig auf dem Lammfleisch verteilen. Das Öl in einer großen Pfan-ne erhitzen und das Fleisch darin bei großer Hitze zwei Minuten scharf anbraten. Wenden und weitere zwei Minuten braten. Die Butter in die Pfanne geben, das Fleisch rundum darin wenden und auf einem Teller im Ofen 15 Minuten gar ziehen lassen.

Für die Sauce die rote Zwiebel abziehen und fein hacken. In die Fleischpfanne eine Flocke Butter geben. Die gehackte Zwiebel und je einen Zweig Rosmarin und Thymian darin anschwitzen. Pu-derzucker hinzugeben und karamellisieren lassen. Mit Rotwein ablöschen und reduzieren lassen. Anschließend die Schokolade hinein raspeln. Den Fond aufgießen, alles durch ein Sieb gießen und

mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Lammlachs mit Apfel-Maronen-Rotkohl, Kürbisstampf und Rotwein-Schokoladen-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Carina Kaufmann am 28. November 2016

Lamm-Lachs mit Spekulatius-Kruste und Kartoffel-Stampf

Zutaten zwei Personen

Für das Lamm:

2 Lammlachse à 150 g

Für die Kruste:

75 g Spekulatius	1 Orange	50 g Butter
½ TL getrockneter Majoran	25 g Paniermehl	

Für den Kartoffelstampf:

250 g festk. Kartoffeln	1 kleine Zwiebel	1 Zitrone
50 ml Lammfond	5 Stiele Koriander	Olivenöl
Salz		

Für den Rahm-Mangold:

250 g Mangold	1 kleine Zwiebel	1 Zitrone
1 TL Butter	75 ml Sahne	½ TL Mehl
1 Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Den Ofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die Kruste etwa ein Viertel der Orangenschale abreiben. Mit Spekulatius und Majoran in einer Moulinette kleinhacken. Die Butter in einem Topf auslassen, Spekulatius-Mischung und Paniermehl hinzugeben. Spekulatiusmasse nun auf einem Backblech mit Backpapier circa zwei Zentimeter dick auftragen und im Ofen etwa zehn Minuten hellbraun backen.

Für den Kartoffelstampf Kartoffeln schälen, achteln und in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser gar kochen. Eine Zwiebel abziehen, kleinhacken und in einer Pfanne mit Olivenöl goldbraun anbraten. Korianderblätter von den Stielen abzupfen und kleinhacken. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Das Kochwasser der Kartoffeln abgießen und mit einer Siebkelle die Kartoffeln zerstampfen. Lammfond, ein Esslöffel Olivenöl, Zwiebeln, Koriander und ein Esslöffel Zitronensaft hinzugeben. Mit Salz abschmecken.

Lammlachse in einer heißen Pfanne jeweils zwei Minuten bei mittlerer Stufe anbraten. Die Spekulatiuskruste auf die Größe der Lammlachse schneiden, darauf legen und bei 100 Grad im Ofen für zehn Minuten garen.

Für das Gemüse einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.

Zwiebel abziehen, fein würfeln und den Mangold putzen. Stiele in ein Zentimeter und Blätter in drei Zentimeter breite Streifen schneiden. Etwa einen halben Teelöffel Abrieb von der Zitrone reiben. Zwiebelwürfel in einem Teelöffel Butter in einem Topf anbraten und mit dem halben Teelöffel Mehl bestäuben. Unter ständigem Rühren 75 Milliliter Sahne und 25 Milliliter Wasser hinzugeben und aufkochen lassen. Etwa fünf Minuten bei schwacher Hitze weiterköcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Mangoldstiele im Salzwasser drei Minuten garen. Blätter hinzugeben und zwei Minuten weitergaren. Mangold abgießen und gut abtropfen lassen. Dann zur Sahnesauce geben und vermengen. Mit dem Zitronenabrieb bestreuen.

Den Lammlachs mit Spekulatiuskruste, Koriander-Kartoffelstampf und Rahm-Mangold auf Tellern anrichten und servieren.

Abdul-Rahman Taifour am 09. Dezember 2015

Lamm-Lachs mit Tomaten-Orangen-Salat

Für zwei Personen

Für den Lammlachs:

300 g Lammlachs Olivenöl Salz
schwarzer Pfeffer

Für den Tomaten-Orangen-Salat:

200 g Kirschtomaten 3 Orangen 100 ml Orangensaft
50 g süßer Senf 20 ml Balsamicoessig 10 g Fenchelsaat
3 EL Olivenöl Zucker Salz
schwarzer Pfeffer

Für den Salat die Orangen schälen und die weiße Schale mit entfernen. Anschließend in Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Die Kirschtomaten waschen, halbieren und zu den Orangen geben.

Für das Dressing den Fenchel im Mörser zerstoßen. Die Hälfte der Fenchelsaat mit vier Esslöffeln Orangensaft, Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und dem Olivenöl vermengen. Über den Salat geben und gut vermischen.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Den Lammlachs mit Salz, Pfeffer und dem restlichen Fenchel einreiben und in heißem Öl sechs bis sieben Minuten unter Wenden anbraten. Anschließend drei Minuten ruhen lassen und in Scheiben schneiden.

Den Lammlachs mit Orangen-Tomaten-Salat auf Tellern anrichten und servieren.

Markus Thöni am 19. Juni 2015

Lamm-Lachs mit zweierlei Soße, Safran-Kartoffel-Püree

Für zwei Personen

Für das Lamm:

2 Lammlachse à 200g	1 Zehe Knoblauch	3 EL Butter
2 Zweige Rosmarin	Meersalz	Pfeffer

Für die grüne Sauce:

200 g junge Tiefkühlerbsen	50 ml Sahne	25 ml trockener Weißwein
150 ml Geflügelfond	$\frac{1}{4}$ TL Agavendicksaft	6 große Kaffir-Limettenblätter

Meersalz

Für die braune Sauce:

1 Zehe Knoblauch	1 Zitrone	100 ml roter Portwein
50 ml Geflügelfond	25 ml Sojasauce	1 Zweig Rosmarin
2 EL Zucker	Pfeffer	

Für das Kartoffelpüree:

300 festk. Kartoffeln	3 EL Butter	100 ml Sahne
0,1 g gemahlener Safran	Muskatabrieb	Salz

Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für die grüne Sauce Erbsen mit Weißwein, Geflügelfond und Limettenblättern aufkochen und leicht reduzieren lassen. Sahne hinzugeben. Mit Salz abschmecken. Sauce passieren. Nach und nach Erbsen und Limettenblätter in den Fond zurückgeben und mit Stabmixer pürieren, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Für die dunkle Sauce Zucker karamellisieren und mit Portwein ablöschen. Sojasauce und Fond hinzugeben. Einkochen lassen. Rosmarinzwig, Knoblauch und Zitronenschale hinzugeben. Nach ein paar Minuten Knoblauch und Zitronenschale wieder herausnehmen. Sauce mit Pfeffer abschmecken.

Lammlachse waschen und trocken tupfen. Butter in eine Pfanne geben und erhitzen. Fleisch von allen Seiten mit Knoblauch und Rosmarin scharf anbraten. Bei 90 Grad etwa 15 Minuten auf dem Gitterrost ziehen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Püree Kartoffeln schälen, viertel und in gesalzenem Wasser garen. Butter mit der Sahne leicht erhitzen und zum Schmelzen bringen, Safran einrühren. Anschließend alles an die Kartoffeln geben und stampfen. Mit Salz und Muskatabrieb nachwürzen.

Lammlachse mit der grünen und braunen Sauce zusammen mit dem Kartoffelpüree auf Tellern anrichten und servieren.

Alexandra Michel am 12. November 2015

Lamm-Lachs, Kräuter-Gemüse-Bulgur, Auberginen-Feta-Spieß

Für zwei Personen

Für das Lamm:

2 Lammlachse à 220 g	1 TL Kümmelpulver	1 TL Ras-el-Hanout
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für den Bulgur:

80 g Bulgur	1 Karotte	1 Zucchini
1 rote Paprika	1 Schalotte	2 cm Ingwer
1 Limette	1 Orange	1 Bund Glatte Petersilie
2 Bund Minze	1 Bund Koriander	1 Msp. Kardamom Pulver
1 Prise Piment-d'Espelette	Olivenöl	Butter

Für das Pita-Brot:

1 Würfel Hefe	160 g Mehl	20 g Pistazienkerne
1 Prise Piment-d'Espelette	Olivenöl	Salz

Für den Joghurt-Minz-Dip:

4 EL griech. Naturjoghurt	40 g Feta	1 Limette
1 Zehe Knoblauch	1 Bund Minze	15 g Pistazien
100ml Olivenöl	Salz	

Für den Spieß:

1 Aubergine	20 g Feta	1 Prise Piment-d'Espelette
Olivenöl		

Einen Ofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Einen zweiten Ofen auf 110 Grad Umluft vorheizen. Für das Brot die Hefe in etwas lauwarmem Wasser auflösen. Mehl, Salz, Hefe, ein Spritzer Olivenöl, 160 Milliliter Wasser, Kümmelpulver, ein Prise Piment d'Espelette und Pistazien mit der Kitchen Aid zu einem Teig kneten. Den Teig in den Ofen stellen und gehen lassen. Den Teig anschließend ausrollen und mit Olivenöl beidseitig beträufeln. Pitabrot in einer heißen Pfanne eine Minute pro Seite backen.

Für das Lamm je eine Prise Salz, Pfeffer, Kümmel und Ras el Hanout in etwas Olivenöl verrühren. Das Lamm damit einreiben. Kurz und scharf in etwas Olivenöl rundum anbraten. Das Fleisch für 15 Minuten in den Ofen schieben. Anschließend das Fleisch aus dem Ofen nehmen und ruhen lassen.

Für den Bulgur diesen in Wasser aufkochen, die Hitze reduzieren und zehn Minuten mit Deckel ziehen lassen. Den Ingwer schälen und etwas Orangenschale abreiben. Den Bulgur mit Orangenschale und einer Scheibe Ingwer würzen. Vom Herd nehmen und eine Flocke Butter zufügen.

Die Schalotte abziehen und klein hacken. Karotte, Zucchini und Paprika waschen, putzen und in Brunoise schneiden. Alles in etwas Olivenöl und Butter ganz kurz anschwitzen. Mit dem Bulgur vermengen. Den Saft einer halben Limette auspressen. Etwas Limette abreiben. Mit etwas Kardamom Pulver, Salz, Pfeffer, Limettenabrieb, Limettensaft, Piment d'Espelette würzen. Petersilie, Koriander und etwas Minze waschen, trocken tupfen, fein hacken und ganz am Schluss untermischen.

Für den Spieß die Aubergine der Länge nach in fünf Millimeter Scheiben schneiden. Mit Olivenöl beträufeln, mit etwas Salz und Piment d'Espelette würzen und zwei Minuten pro Seite in einer Pfanne braten. Die Scheiben auf ein Küchenpapier abtropfen lassen. Anschließend aufeinander legen und mit einem Stück Feta Käse einrollen. Mit einem Aperitifstocher befestigen.

Für den Dip die Minze waschen und trocken tupfen. Den Knoblauch abziehen. Den Saft einer halben Limette auspressen. Die Minzblätter mit den Pistazien, einer halben Knoblauchzehe, vier Esslöffel Joghurt, einem Stück Feta Käse und etwas Olivenöl in einen Behälter geben. Mit Salz, Pfeffer, Limettensaft würzen. Alles mit dem Stabmixer pürieren. Nochmals abschmecken und

kalt stellen.

Den Bulgur auf Tellern verteilen. Auberginen-Feta-Spieß über den Bulgur legen. Die Lammlachse aufschneiden und neben dem Bulgur legen. Den Minz-Joghurt-Dip und das Pita Brot separat servieren.

Alexandre Bidault am 20. April 2016

Lamm-Lachs, Kräuter-Kruste, Ofenkartoffeln, grüne Bohnen

Für zwei Personen

Für die Lammlachse:

2 Lammlachse á 180 g	2 Zehen Knoblauch	50 g Pankomehl
1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Thymian	1 Zweig Majoran
100 g Butter	2 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für die Sauce:

200 ml Lammfond	1 Schalotte	1 Tomate
50 ml Rotwein	$\frac{1}{2}$ TL Speisestärke	

Für die grünen Bohnen:

250 g grüne Bohnen	1 Zehe Knoblauch	1 Schalotte
4 getrocknete Öl-Tomaten	50 g Butter	Chiliflocken
Salz	Pfeffer	

Für die Ofenkartoffeln:

250 g Drillinge	1 Rosmarinzweig	2 EL Olivenöl
Meersalz		

Den Ofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Für die Kartoffeln Rosmarin zupfen und klein schneiden. Drillinge mit Olivenöl und Meersalz vermengen und ca. 20 Minuten in den Ofen geben.

Für die Bohnen diese putzen und kurz blanchieren. In der Zwischenzeit getrocknete Tomaten schneiden. Knoblauch abziehen und andrücken. Schalotte abziehen und fein schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und blanchierte Bohnen sowie Knoblauch hinzufügen. Scharf anbraten und zum Ende hin die getrockneten Tomaten und Schalotten hinzugeben. Mit Salz und Chiliflocken abschmecken.

Für die Kruste bis auf einen kleinen Rest Rosmarin Thymian und Majoran klein hacken, mit 50 g Butter und Panko zu einer Masse vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die übrigen Kräuter für die Garnitur beiseite stellen.

Für das Fleisch Lammlachse abspülen, trocken tupfen und mögliche Sehnen entfernen. Eine heiße Pfanne mit Öl und restlicher Butter erhitzen. Knoblauch abziehen, ausdrücken und mit einem Zweig Thymian in die Pfanne geben. Von beiden Seiten scharf anbraten – ca. 1 Minute pro Seite. Herausnehmen und in eine feuerfeste Form geben. Die Krustenmasse auf das Fleisch streichen und bei 200 Grad für 10 Minuten in den Ofen geben.

Für die Sauce Schalotten abziehen, würfeln und in die Pfanne mit dem ausgetretenen Braten-saft hineingeben. Tomate in kleine Stücke schneiden, hineingeben und mit Rotwein sowie Fond ablöschen – reduzieren lassen und mit Speisestärke abbinden.

Lammlachs mit Kräuterkruste, Ofenkartoffeln und grünen Bohnen auf Tellern anrichten, mit Kräutern garnieren und servieren.

Jan-Pit Peter am 05. September 2016

Lamm-Lachs, Kräuter-Kruste, Rotwein-Soße, Bohnen-Gemüse

Für zwei Personen

Für die Lammlachse:

300 g Lammlachse	100 g Semmelbrösel	30 g Pistazienkerne
100 g Butter	½ Bund glatte Petersilie	½ Bund krause Petersilie
½ Bund Oregano	½ Bund Thymian	Butterschmalz
Salz	Pfeffer	

Für die Rotweinsauce:

250 ml trockener Rotwein	250 ml Kalbsfond	200 g Schlagsahne
3 EL ml dunkler Balsamico	Salz	Pfeffer

Für das Birnen-Bohnen-Gemüse:

200 g Stangenbohnen	1 Schalotte	1 Birne
40 g gewürfelter Speck	Butter	Pflanzenöl
Zucker	Salz	Pfeffer

Für den Kartoffel-Stampf:

500 g mehligk. Kartoffeln	3 EL Haselnusskerne	200 ml Milch
250 g Butter	Muskatnuss	Meersalz, Salz

Für die Lammlachse mit Kräuterkruste:

Ofen auf 175 Grad Umluft vorheizen.

Lammlachs kalt abbrausen, trockentupfen und gegebenenfalls parieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und in heißem Butterschmalz von allen Seiten scharf anbraten. Petersilie, Oregano und Thymian abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und gemeinsam mit den Pistazienkernen fein hacken. Mit Butter und Semmelbröseln vermengen und die Masse als Kruste auf die Lammfilets geben. Im vorgeheizten Ofen circa sechs Minuten garen.

Für die Rotweinsauce:

Rotwein, Fond, Sahne und Balsamico in die Pfanne geben, in der zuvor das Lamm angebraten wurde. Flüssigkeit reduzieren lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Birnen-Bohnen-Gemüse:

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Bohnen waschen, putzen, bissfest garen und anschließend in Eiswasser abschrecken. Schalotte abziehen und fein hacken. Birne waschen, Kerngehäuse entfernen und Fruchtfleisch in Spalten schneiden. In einer Pfanne Öl erhitzen, Schalotte und Speck darin anschwitzen. Bohnen und Birnen hinzufügen, mit Butter aromatisieren, mit Zucker abschmecken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Haselnuss-Kartoffel-Stampf:

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Kartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser garen. Abschütten. Nach und nach warme Milch hinzufügen und stampfen. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Haselnüsse hacken, in einer Pfanne ohne Fett rösten, Butter hinzufügen und mit Meersalz würzen. Nüsse vor dem Servieren über den Stampf geben.

Lammlachs mit Kräuterkruste, Rotweinsauce, Birnen-Bohnen-Gemüse und Haselnuss-Kartoffel-Stampf auf Tellern anrichten und servieren.

Herbert Bernhardt am 13. November 2017

Lamm-Lachs, Nusskruste, Rote-Bete-Gnocchi, Zuckerschoten

Für zwei Personen

Für die Lammlachse:

2 Lammlachse	2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin
1 Zweig Salbei	2 Zehen Knoblauch	2 Scheiben Buttertoast
50 g weiche Butter	2 EL Haselnüsse	2 EL Walnüsse
weißer Pfeffer	grobes Salz	

Für die Zuckerschoten:

200 g Zuckerschoten	1 Schalotte	1 unbehandelte Zitrone
1 EL Butter	2 EL Soja-Sauce	1 Knoblauchzehe

Für die Sauce:

200 g TK-Erbesen	2 Schalotten	200 ml Sahne
200 ml Gemüsefond	1 Bund Basilikum	1 Zweig Minze
1 Zitrone	Chili	Muskatnuss
Salz		

Für die Rote-Bete-Gnocchi:

25 g Parmesan	200 g mehligk. Kartoffeln	2 EL Weichweizengrieß
2 Eier	150 g Ricotta	200 g Mehl
3 cm frischer Meerrettich	2 frische Rote-Bete-Knollen	200 ml Rote Bete Saft
2 EL Butter	2 EL Rote-Bete-Pulver	Salz
schwarzer Pfeffer	Muskatnuss	

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Lammlachse von allen Seiten in der Pfanne anbraten. Den Knoblauch abziehen und anschließend einen Zweig Thymian und Rosmarin, sowie drei Salbeiblätter hinzugeben. Um die Masse für die Nusskruste herzustellen, die Toastscheiben zerkleinern und mit Thymian, Rosmarin und Salbei, den Haselnüssen und Walnüssen in einem Mixer kleinhacken. Die Masse mit der weichen Butter vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Lammlachse mit Salz und Pfeffer würzen, anschließend die Krustenmasse auf das Lamm geben und andrücken. Bei 200 Grad in den vorgeheizten Ofen weiter garen.

Für die Erbsen-Basilikum-Sauce die Schalotten fein würfeln und andünsten. Die tiefgekühlten Erbsen hinzugeben und mit Gemüsefond ablöschen. Das Basilikum und zwei Blätter Minze hinzugeben und alles mit dem Pürierstab fein mixen. Die Sahne hinzugeben und mit Muskat, Salz, Pfeffer, Chili und Zitrone abschmecken. Vor dem Servieren mit dem Pürierstab nochmals aufschäumen.

Im Anschluss die Zuckerschoten putzen, den Knoblauch abziehen und die Zehen in Scheiben schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, die Zuckerschoten in die Pfanne geben und bei starker Hitze unter Schwenken 45 Sekunden braten. Anschließend den Knoblauch zugeben. Mit der Sojasauce ablöschen, mit Pfeffer und Zucker würzen und etwas Zitronenabrieb darüber streuen. Für die Gnocchi die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. In viel Wasser weich kochen, abgießen und durch die Kartoffelpresse drücken. Die frische rote Beete fein zu der Kartoffelmasse reiben und mit dem Rote-Bete-Pulver vermengen. Den Parmesan reiben und mit dem Mehl und dem Weichweizengrieß dazugeben. Die zwei Eier aufschlagen und die Eigelbe unterrühren. Mit dem Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Aus der Kartoffelmasse längliche Teigrollen formen und zwei Zentimeter dicke Stücke abschneiden. Mit der Gabel das typische Gnocchi-Muster eindrücken und in einen Topf mit Salzwasser und dem Rote-Bete-Saft geben. Sobald die Gnocchi an der Wasseroberfläche schwimmen, mit einer Schaumkelle abschöpfen. Anschließend diese in einer Pfanne mit Butter schwenken und etwas frischen Meerrettich darüber reiben.

Die Lammlachse mit den Rote-Bete-Gnocchi und Zuckerschoten auf Tellern anrichten, mit der Erbsen-Basilikum-Sauce beträufeln und anschließend servieren.

Rebekka Nolte am 29. Juli 2015

Lamm-Lachs, Pastinaken-Püree, Keniabohnen, Lakritz-Soße

Für zwei Personen

Für den Lammlachs:

2 Lammlachse à 150g	3 Knoblauchzehen	4 Zweige Rosmarin
3 EL Olivenöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Für das Pastinakenpüree:

150 g Pastinaken	1 Muskatnuss	1 EL Butter
500 ml Milch	20 ml Sahne	Salz
weißer Pfeffer		

Für die Lakritzsaucе:

150ml Portwein	150ml Rotwein	1 Schalotte
1 TL Lakritzpulver	1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark
50 g kalte Butter	400 ml Lammfond	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	Salz	schwarzer Pfeffer

Macadamia-Crunch:

60 g geröstete Macadamianüsse	1 Zweig Rosmarin	1 TL Puderzucker
schwarzer Pfeffer		

Außerdem:

150 g Keniabohnen	15 g Butter
-------------------	-------------

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Den Lammlachs waschen und trocken tupfen. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Rosmarin abzupfen und aus Knoblauch, Rosmarin und Olivenöl eine Marinade herstellen. Den Lammlachs für zehn Minuten in der Marinade ziehen lassen. Danach in etwas Olivenöl von allen Seiten bei mittlerer Hitze anbraten und für etwa 20 Minuten im Backofen garen.

Für die Lakritzsaucе die Schalotte abziehen, klein würfeln und mit dem Puderzucker, dem Rosmarin und dem Thymian im Topf karamellisieren. Mit Tomatenmark und Lakritzpulver anrösten. Den Portwein zum Ablöschen dazugeben und einkochen lassen. Danach den Rotwein hinzugeben und wieder einkochen lassen. Anschließend langsam den Lammfond dazugießen.

Zwischendurch immer wieder einreduzieren lassen. Sobald die Saucе bis auf ein Drittel einreduziert ist, die Flüssigkeit durch ein Sieb geben, sodass eine saubere Saucе entsteht. Die Lakritzsaucе salzen, pfeffern und mit der kalten Butter abbinden.

Für das Pastinakenpüree die Pastinaken schälen und kleinschneiden. Die Milch in einem Topf erhitzen und die Pastinakenstückchen darin garen. Die Pastinaken pürieren, sobald sie weich sind. Mit der Sahne, der Butter, Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas von der Muskatnuss zum Püree reiben.

Die Keniabohnen in kochendem Salzwasser bissfest garen und in kaltem Wasser abschrecken. Anschließend in einer Pfanne mit Butter schwenken.

Für den Macadamia-Crunch den Rosmarin abzupfen. Nüsse und Rosmarin in einer Moulinette zerkleinern, mit Puderzucker in einer Pfanne rösten, karamellisieren und zuletzt mit Pfeffer würzen.

Lammrücken mit Pastinakenpüree, Keniabohnen und Lakritzsaucе auf einem Teller anrichten und servieren.

Viktoria Schünemann am 20. Mai 2015

Lamm-Lachs, Pecorino-Kruste, Couscous, Joghurt-Minz-Dip

Für zwei Personen

Für die Kruste:

50 g Pecorino	1 Bund glatte Petersilie	1 Zweig Thymian
50 g Paniermehl	60 g weiche Butter	feines Meersalz
Pfeffer		

Für die Lammlachse:

2 Lammlachse à 180 g	2 Zehen Knoblauch	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	1 Zweig Majoran	3 EL Rapsöl
feines Meersalz	Pfeffer	

Für den Couscous:

100 g Couscous	2 Frühlingszwiebeln	1 Zitrone
1 Granatapfel	1 rote Grapefruit	270 ml Gemüsesfond
1 TL Ras el Hanout	50 g Kürbiskerne	1 Bund Minze
3 EL Olivenöl	feines Meersalz	Pfeffer

Für die Garnitur:

100 ml Sonnenblumenöl	20 g Mehl	5 g grüne Lebensmittelfarbe
Salz		

Für die Kruste:

Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Petersilie und Thymian abbrausen, trockenwedeln. Blätter abzupfen und klein hacken. Pecorino würfeln.

Paniermehl, Pecorino, Petersilie und Thymian in einen Mixer geben. Mit weicher Butter vermischen und mit Pfeffer und wenig Salz würzen.

Masse auf ein Backpapier mit einem Nudelholz etwa 3 mm dick ausrollen, einschlagen und in den Kühlschrank legen.

Für die Lammlachse:

Die Lammlachse abspülen, trocken tupfen und mögliche Sehnen entfernen. Rapsöl in einer Pfanne erhitzen. Thymian, Rosmarin und Majoran abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch abziehen, halbieren und mit Thymian, Rosmarin und Majoran in die Pfanne geben.

Lammlachs dazugeben und von beiden Seiten ca. 1 Minute pro Seite scharf anbraten. Herausnehmen und in eine feuerfeste Form geben.

Die Krustenmasse aus dem Kühlschrank nehmen und auf das Fleisch streichen, bei 200 Grad für 10 Minuten in den Ofen geben.

Für den Couscous:

Den Couscous in einen Schüssel geben. Fond in einen Topf geben und kurz aufkochen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Fond mit Zitronensaft und Ras el Hanout vermengen. Anschließend über den Couscous gießen. Etwa 8 Minuten quellen lassen und mit einer Gabel etwas durchrühren und lockern.

Granatapfel aufschneiden und die Kerne herauslösen. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett kurz rösten. Minze abbrausen, trockenwedeln und die Blätter grob abzupfen. Frühlingszwiebeln waschen, von der äußeren Schale und Wurzel befreien und in kleine Ringe schneiden. Grapefruit schälen und Filets ausschneiden.

Granatapfelkerne, Kürbiskerne, Frühlingszwiebeln, Grapefruit, Olivenöl und Minze unter den Couscous rühren und mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und Ras el Hanout abschmecken. Für den Joghurt-Minz-Dip 1 Limette 150 g griech. Joghurt 1 Zehe Knoblauch 1 Bund Minze 2 EL Olivenöl Meersalz, aus der Mühle Schwarzer Pfeffer aus der Mühle . Für den Joghurt-Minz-Dip Limette heiß abbrausen und trockenreiben. Schale abreiben. Zitrone halbieren, auspressen und

Saft auffangen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Minze abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Joghurt mit Olivenöl, Knoblauch, Limettenabrieb, $\frac{1}{2}$ EL Zitronensaft und Minze vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

140 ml Wasser mit Öl, Mehl und Lebensmittelfarbe mit einem Schneebesen mischen und ausstreichen. Anschließend in eine stark erhitzte Pfanne in Form eines Gitternetzes laufen lassen. Aus der Pfanne auf ein Küchenpapier legen und mit Salz würzen.

Couscous-Salat und gebratene Lammlachse auf dem Teller anrichten, Joghurt-Minz-Dip dazugeben, mit dem Gitternetz garnieren und servieren.

Moritz Brakhage am 07. August 2017

Lamm-Lachse, Oliven-Kruste, Bohnengemüse, Pilaw

Für die Lammlachse:

2 Lammlachse, à ca. 150 g	2 EL grüne Oliven	1 EL Sesamkörner
1 EL Butter	3 EL Semmelbrösel	1 Knoblauchzehe
2 Zweige Thymian	Olivenöl	Salz , Pfeffer

Für das Bohnengemüse:

250 g dünne Stangenbohnen	1 mittelgroße Zwiebel	4 mittelgroße Tomaten
1 EL Paprikamark	1 EL Tomatenmark	1 TL Bohnenkraut
1 Prise Zucker		

Für das Pilaw:

200 g Reis	1 EL Butter	2 EL Pinienkerne
1 mittelgroße Zwiebel	1 EL Rosinen	400 ml Gemüsefond
½ Bund glatte Petersilie	1 Prise Zimt	1 Prise Piment
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Backofen auf 90 Grad vorheizen.

Die Nadeln von einem Zweig Thymian abzupfen und hacken. Knoblauch schälen. Knoblauch und Oliven ebenfalls hacken. Semmelbrösel, Thymian, Sesamkörner, Knoblauch und Oliven vermengen, mit Salz, Pfeffer würzen und mit der Butter verkneten.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Lammlachse darin von allen Seiten scharf anbraten. Den zweiten Zweig Thymian mit in die Pfanne geben. Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in eine gefettete ofenfeste Form legen. Das Fleisch mit dem Thymian in Alufolie wickeln im Backofen bei circa 90 Grad ruhen lassen. Nach circa zehn Minuten herausnehmen und das Fleisch mit der Olivenmasse ummanteln. Den Backofen auf Grillen umstellen und das Fleisch mit der Kruste weitere zehn Minuten im Backofen grillen.

Die Bohnen waschen und von den Enden befreien und in circa vier bis fünf Zentimeter lange Stücke schneiden. Zwiebeln häuten und fein würfeln. Tomaten kurz in kochendes Wasser geben bis die Schale aufplatzt. Wieder herausnehmen, die Haut abzuziehen und das Fruchtfleisch würfeln.

Olivenöl in einem Topf erhitzen. Die Zwiebeln mit etwas Zucker anbraten bis sie glasig sind. Die Tomatenwürfel, Tomaten- und Paprikamark und die grünen Bohnen zugeben. Wasser und Bohnenkraut hinzufügen, kurz bei erhöhter Hitze mit geschlossenem Deckel aufkochen lassen, dann die Hitze reduzieren und leicht köcheln lassen.

Das Bohnengemüse zwischendurch vorsichtig schwenken, damit nichts ansetzt. Nicht rühren, damit die Bohnen nicht brechen. Kurz vor dem Servieren etwas kaltgepresstes Olivenöl darüber geben. Pinienkerne in einem Topf erhitzen und unter Rühren goldbraun rösten. Herausnehmen und auf Küchenpapier auskühlen lassen. Zwiebel schälen und hacken. Olivenöl im Topf erhitzen und Zwiebeln darin glasig schmoren.

Zimt und Piment zu den Zwiebeln in die Pfanne geben und durchschwenken. Den Reis hinzufügen und alles drei Minuten schmoren. Die Rosinen unterheben und mit dem Fond ablöschen. Aufkochen und bei geringer Temperatur abgedeckt circa 20 Minuten garen lassen, bis die Flüssigkeit aufgesogen ist. Petersilie waschen, trocken tupfen, die Blätter von den Stängeln zupfen und grob hacken. Den Reis vom Herd nehmen und mit Salz und Pfeffer abschmecken, Petersilie und Pinienkerne unterrühren. Lammlachse mit Olivenkruste, Bohnengemüse und orientalischem Pilaw auf Tellern anrichten und servieren.

Badegül Özdemir am 28. Dezember 2015

Lamm-Rücken im Kartoffel-Mantel, Rotwein-Soße, Salat

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

2 Lammlachse à 200 g	400 g festk. Kartoffeln	1 Zehe Knoblauch
5 EL Erdnussöl	1 Bund glatte Petersilie	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	Salz	Pfeffer

Für die Rotweinsauce:

250 ml Kalbsfond	250 ml Rotwein	200 ml Portwein
50 g kalte Butter	1 EL Tomatenmark	1 TL Zucker
1 Gewürznelke	Salz	Pfeffer

Für den Wildkräutersalat:

100 g Wildkräutersalat	1 EL Himbeeressig	1 TL Honig
$\frac{1}{2}$ TL Senf	3 essbare Blüten	3 EL Rapsöl
Salz	Pfeffer	

Für das Lammrückenfilet im Kartoffelmantel:

Den Ofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Petersilie, Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln, die Petersilie fein hacken.

Knoblauch abziehen. Die Kartoffeln schälen, grob raspeln und zu Kartoffelpuffern formen. Eine Pfanne mit Öl erhitzen und darin einen Kartoffelpuffer nur von einer Seite ausbacken. Den Kartoffelpuffer mit der gebratenen Seite auf Backpapier legen. Den Lammrücken in die Pfanne geben und von allen Seiten anbraten, anschließend Rosmarin, Thymian und Knoblauch hinzugeben und etwas weiter braten. Den Lammrücken mit Salz und Pfeffer würzen. 1/3 der gehackten Petersilie auf die rohe Seite des Kartoffelpuffers streuen, das Filet auflegen, einrollen und festdrücken. Lammfilet im Kartoffelmantel in den vorgeheizten Ofen geben, auf das Rost legen und für 8-10 Minuten backen.

Für die Rotweinsauce:

Zucker und Tomatenmark in die Pfanne, in der das Fleisch gebraten wurde, geben und kurz erhitzen. Mit Rotwein und Portwein ablöschen und Kalbsfond und Nelke zugeben und auf die Hälfte reduzieren lassen. Die Butter in Würfel schneiden mit einem Schneebesen unter die Rotweinfond-Flüssigkeit schlagen, bis eine sämige Sauce entstanden ist. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Wildkräutersalat:

Wildkräutersalat waschen und trocken schleudern. Himbeeressig mit Salz, Honig, Senf und Kalbsfond mit Öl zu einem Dressing vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Anschließend über den Salat geben und diesen mit Blüten garnieren.

Lammrückenfilet im Kartoffelmantel mit Rotweinsauce und Wildkräutersalat auf Tellern anrichten und servieren.

Elvira Müller am 15. Juni 2017

Lamm-Rücken mit Graupen-Risotto, Zucchini-Streifen

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

300 g Lammrücken	1 Zehe Knoblauch	1 EL Butter
1 Zweig Rosmarin	1 EL Olivenöl	Salz

Für das Graupen-Risotto:

100 g Perlgraupen	1 Schalotte	2 Stangen Frühlingszwiebeln
1 Zehe Knoblauch	100 g Gorgonzola	2 EL Butter
50 ml Weißwein	350 ml Gemüsefond	Chili
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für die Zucchini-Streifen:

1 Zucchini	1 Zitrone	1 EL Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

Für die Garnitur:

5 Cocktailtomaten, mit Stiel

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Cocktailtomaten in eine Auflaufform geben und in den Backofen stellen.

Für den Lammrücken diesen salzen und in einer Pfanne von allen Seiten mit dem Olivenöl anbraten. Anschließend für 20 Minuten auf das Gitter im Backofen legen.

Für das Risotto den Gemüsefond erhitzen. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Die Butter in einem Topf erhitzen und darin die Schalotten, den Knoblauch und die Perlgraupen anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und rühren, bis die Perlgraupen den Wein aufgenommen haben. Nach und nach den heißen Gemüsefond hinzufügen und umrühren. Das Risotto 30 Minuten garen, dabei gelegentlich umrühren. Die Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und zusammen mit der Butter, dem Gorgonzola unter das Risotto heben. Mit Chili, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Zucchini diese längs in dünne Scheiben schneiden, mit dem Olivenöl bestreichen und in einer Grillpfanne kurz anbraten. Die Schale einer Zitrone abreiben und anschließend den Saft auspressen. Den Abrieb für das Fleisch beiseitelegen und die Zucchini mit dem Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Lammrücken aus dem Backofen holen und anschließend in einer Pfanne mit der Butter, dem Rosmarin, dem abgezogenen und zerdrückten Knoblauch sowie dem Zitronenabrieb schwenken. Den Lammrücken mit Gorgonzola-Graupen-Risotto und Zucchini-Streifen auf Tellern anrichten und servieren.

Michael Reich am 09. Juli 2015

Lamm-Rücken mit Nuss-Feigen-Cranberry-Kruste, Couscous

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

2 Lammrückenfilets, à 180 g	30 g gesalzene Erdnüsse	20 g getr. Cranberries
2 getrocknete Feigen	1 Scheibe weißes Toastbrot	1 EL Semmelbrösel
50 g Butter	2 Eier	1 TL mildes Currypulver
4 Zweige Rosmarin	Pflanzenöl	Salz, Pfeffer

Für den Couscous:

125 g Couscous	$\frac{1}{2}$ gelbe Paprika	$\frac{1}{2}$ rote Paprika
$\frac{1}{2}$ Zucchini	1 Frühlingszwiebel	$\frac{1}{2}$ Chilischote
3 Orangen (Saft, Zesten)	1 Limette	2 Lorbeerblätter
3 Gewürznelken	1 Sternanis	1 Limette (Saft)
1 EL Butter	2 arab. Pfefferminzzweige	Salz, Pfeffer

Für den Lammrücken:

Ofen auf 250 Grad Oberhitze vorheizen.

Nüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten und in einer Moulinette fein mixen. Toastbrot ebenso in einer Pfanne ohne Fett beidseitig goldbraun rösten und in kleine Würfel schneiden. Fleisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin abbrausen, trocken wedeln, die Nadeln abzupfen und mit den Brotwürfeln, den Nüssen sowie den getrockneten Cranberries und den Feigen in einer Moulinette fein mixen. Eier dazugeben. Masse in eine Schüssel geben, mit den Semmelbröseln, der Butter verkneten und mit Salz, Pfeffer und Curry würzen. Masse auf eine Frischhaltefolie streichen und so zurecht schneiden, dass zwei Krusten auf das Fleisch gelegt werden können. Öl in einer Pfanne erhitzen und Fleisch darin unter Wenden kräftig anbraten. Herausnehmen, mit der Kruste belegen und im vorgeheizten Ofen 10-12 Minuten goldbraun gratinieren. Herausnehmen und zum Anrichten nach Bedarf in Scheiben schneiden.

Für den Couscous:

Ca. 1 TL Orangenschalenzesten abreißen und beiseitelegen. Dann 2 Orangen halbieren und den Saft der Hälften auspressen (ca. 70 ml). Saft mit 50 ml Wasser aufkochen, Lorbeer, Sternanis, Gewürznelken zugeben, Sud 3 Minuten ziehen lassen. Couscous einrieseln lassen und 5 Minuten darin quellen lassen. Paprikahälften und Zucchini waschen, vom Strunk bzw. den Enden entfernen und anschließend in kleine Würfel schneiden. Chilischote der Länge nach aufschneiden, Kerne entfernen und klein hacken. Minze abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Frühlingszwiebel waschen und in feine Ringe schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Frühlingszwiebelringe sowie Zucchini- und Paprikawürfel darin 2 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sternanis, Lorbeer und Gewürznelken aus dem Couscous entfernen und gedünstetes Gemüse sowie Butter unterrühren. Chili und Minze ebenso unterheben. Limette halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Couscous mit Salz, Pfeffer, Orangenzesten und Limettensaft würzen. Übrige Orange in Scheiben schneiden und zum Garnieren beiseitelegen. Lammrücken mit Nuss-Feigen-Cranberry-Kruste und orientalischem Couscous auf Tellern anrichten, mit Orangenscheiben garnieren und servieren.

Manuela Ganz am 02. Oktober 2017

Lamm-Rücken mit Portwein-Soße und grünen Bohnen

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

1 Lammrücken à 400 g	2 Zehen Knoblauch	1 Zweig Rosmarin
2 Zweige Thymian	30 ml Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für die Portweinsauce:

1 Schalotte	2 Zehen Knoblauch	100 ml Portwein
200 ml Lammfond	1 EL Tomatenmark	1 TL Speisestärke
1 Zweig Rosmarin	1 TL edelsüßes Paprikapulver	Salz, Pfeffer

Für die Bohnen:

6 Scheiben Speck	300 g Prinzessbohnen	4 schwarze Pfefferkörner
1 TL gerebeltes Bohnenkraut	Olivenöl	Salz

Für die Kartoffeln:

400 g vorw. festk. Kartoffeln	1 Zweig Rosmarin	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.

Für den Lammrücken Knoblauchzehen ungeschält andrücken. Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Lammrücken kalt abspülen, trocken tupfen und mit angedrückten Knoblauchzehen, Olivenöl, Thymian und Rosmarin in den Gefrierbeutel geben. Gefrierbeutel verschließen, Lamm eine viertel Stunde marinieren. Dann Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Lammrücken circa zwei Minuten auf jeder Seite scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Lammrücken in eine Auflaufform geben. Rosmarin, Thymian und Knoblauch aus der Marinade dazugeben und für 10 bis 15 Minuten im Ofen bei 80 Grad weitergaren.

Für die Portweinsauce Schalotte und Knoblauchzehen häuten und fein hacken. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Im Bratensatz des Lammrückens Schalotte und Knoblauch anschwitzen. Paprikapulver und Tomatenmark dazugeben und anrösten. Mit Portwein ablöschen und kurz einkochen lassen. Lammfond und Rosmarinzweig dazugeben und weiter reduzieren lassen. Sauce durch ein Sieb passieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Speisestärke in Wasser lösen und vorsichtig in die Sauce rühren, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Für die Bohnen im Speckmantel Bohnen waschen, trocken tupfen und Enden abschneiden.

Pfefferkörner andrücken und mit Bohnenkraut und Bohnen in gesalzenes Kochwasser geben. Bohnen bei mittlerer Hitze fünf Minuten gar kochen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, in Eiswasser abschrecken. Jeweils sechs bis acht Bohnen mit einer Scheibe Speck umwickeln.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die umwickelten Bohnen darin knusprig braten.

Für die Rosmarinkartoffeln Kartoffeln schälen und in circa zwei Mal zwei Zentimeter große Würfel schneiden, Olivenöl erhitzen und Kartoffelwürfel circa zehn Minuten anbraten. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, Nadeln von den Zweigen zupfen, fein hacken und zu den Kartoffeln in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Lammrücken mit Portweinsauce, grünen Bohnen im Speckmantel und Rosmarinkartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Jürgen Wichmann am 23. Mai 2016

Lamm-Rücken mit Senf-Kruste, Bohnen-Tomaten-Gemüse

Für zwei Personen

Für die Kartoffeln:

200 g Kartoffeln Salz

Für die Petersilien-Senf-Kruste:

3 TL Dijon-Senf 1 Bund glatte Petersilie 1 Knoblauchzehe
250 g Paniermehl 100 g Butter Salz, Pfeffer

Für den Lammrücken:

200 g Lammrücken 1 Knoblauchzehe 1 Zweig frischer Thymian
1 Zweig frischer Rosmarin Butterschmalz Salz, Pfeffer

Für die Bohnen-Tomaten-Gemüse:

200 g Stangenbohnen 8 Kirschtomaten 1 rote Zwiebel
1 Bund Bohnenkraut Salz Pfeffer

Für die Kartoffeln:

Die Kartoffeln schälen und Salzwasser in einem Topf zum kochen bringen. Kartoffeln im Salzwasser garen und herausnehmen.

Für die Petersilien-Senf-Kruste:

Den Ofen auf 160 Grad Umluft vorheizen. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Knoblauch abziehen und fein hacken. Butter schaumig rühren und Petersilie, Paniermehl, Knoblauch und Senf hinzugeben. Mit einander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Lammrücken:

Den Lammrücken waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch mit dem Messerrücken andrücken. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch, Thymian und Rosmarin dazugeben und Fleisch von allen Seiten scharf anbraten. Lammrücken herausnehmen und in eine ofenfeste Form geben. Das Fleisch mit Petersilien-Senf-Masse bestreichen und auf unterer Schiene ca. 10 Minuten garen. Den Ofen auf 200 Grad Grillfunktion umstellen und Lammrücken kurz gratinieren lassen. Fleisch aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen.

Für die Bohnen-Tomaten-Gemüse:

Die Stangenbohnen von den Enden befreien. Salzwasser in einem Topf erhitzen, 3 Zweige Bohnenkraut hinzugeben und kurz blanchieren. Herausnehmen und in Eiswasser abschrecken. Zwiebel abziehen und fein hacken. Restliche Bohnenkraut abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Tomaten kreuzförmig einritzen und Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Tomaten darin blanchieren, herausnehmen und Tomaten enthäuten. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Bohnen zusammen mit Zwiebel anschwitzen. Bohnenkraut, Salz und Pfeffer hinzugeben und kurz weitergaren lassen. Kurz vor dem Servieren Tomaten hinzugeben und durch schwenken. Den Lammrücken mit Petersilien-Senf-Kruste mit Bohnen-Tomaten-Gemüse und Kartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Kai Schwarz am 12. Dezember 2017

Lamm-Rücken, Balsamico-Soße, Ratatouille, Anna-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

1 Lammrücken à 200 g	3 Zehen Knoblauch	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	Olivenöl	100 g Butter
Salz	Pfeffer	

Für die Balsamico-Sauce:

2 Schalotten	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
300 ml Kalbsfond	50 ml Rotwein	3 EL Aceto Balsamico
2 EL Tomatenmark	1 EL Mehl	50 g Butter
Olivenöl	Zucker	Salz und Schwarzer Pfeffer

Für das Ratatouille:

1 Aubergine	1 Zucchini	1 rote Paprika
1 große Tomate	1 Zehe Knoblauch	2 Zweige Thymian
Olivenöl		

Für die Anna-Kartoffeln:	4 mehlig. Kartoffeln	100 g Butter
50 g Roquefort	Salz	Pfeffer

Für den Lammrücken:

Den Ofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammlachse in einer Pfanne mit Olivenöl scharf anbraten, anschließend im Ofen für ca. 20 Minuten garen, dabei ein Fleischthermometer benutzen und bei einer Kerntemperatur von 55 Grad aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen. Thymian und Rosmarin abbrausen, trocken wedeln und mit der Butter in einer Pfanne langsam erhitzen. Knoblauch mit dem Messer andrücken und hinzugeben. Lammlachse darin aromatisieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Balsamico-Sauce:

Schalotten abziehen, fein hacken und in Olivenöl in einer Pfanne anschwitzen. Tomatenmark und Zucker hinzufügen und mit anschwitzen. Dann mit Balsamico, mit Rotwein und zum Schluss mit Kalbsfond ablöschen und stark reduzieren. Thymian und Rosmarin abbrausen, trocken wedeln und feinhacken. Zusammen mit Butter und etwas Mehl hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Durch ein Feinsieb sieben.

Für das Ratatouille:

Aubergine, Zucchini und Paprika abbrausen und trocken tupfen. Von Kerngehäusen befreien und fein würfeln. Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Zuerst die Aubergine mit Olivenöl in einer beschichteten Pfanne weich braten und auf die Seite stellen. Anschließend die Zucchini und Paprikawürfel weich braten und zum Schluss Knoblauch dazu geben. Tomate mit einer Reibe reiben und das Fruchtfleisch auffangen. In die Pfanne geben und mit abgezupftem Thymian vermengen und kurz erhitzen.

Für die Anna-Kartoffeln:

Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Zimmerwarme Butter und Roquefort vermengen. Kartoffeln schälen und mit Hilfe eines Hobels dünne Scheiben schneiden. Überlappend auf eine kleine Auflaufform abwechselnd mit der Roquefort-Butter belegen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Im Ofen ca. 20 Minuten backen.

Lammrücken mit Balsamico-Sauce, Ratatouille und Anna-Kartoffeln mit Roquefort auf Tellern anrichten und servieren.

Erdinc Güzelol am 16. Juni 2017

Lamm-Rücken, Gnocchi, Zuckerschoten-Gemüse, Schalotten

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

1 Lammrücken à 400 g	2 Zehen Knoblauch	1 Zitrone, Abrieb
50 g Butter	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	1 Zweig Rosmarin
$\frac{1}{2}$ Bund Salbei	1 Vanilleschote	Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für die Gnocchi:

500 g mehligk. Kartoffeln	40 g Kartoffelmehl	75 g Mehl
2 Eigelb	1 Muskatnuss	1 Bund Salbei
4 EL neutrales Öl	Salz	Pfeffer

Für das Gemüse:

250 g Zuckerschoten	2 Schalotten	5 Cocktailtomaten
1 EL Butter	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	Salz, Pfeffer

Für die Rotwein-Schalotten:

10 Schalotten	1 Zehe Knoblauch	$\frac{1}{2}$ L Rotwein
$\frac{1}{2}$ L Lammfond	1 Zweig Rosmarin	100 g Butter
30 g Zucker		

Für den Lammrücken: Den Ofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Lammrücken salzen und pfeffern und von allen Seiten in einer Pfanne mit Öl scharf anbraten. Das Fleisch für 20 Minuten in den Ofen legen. Thymian und Salbei abrausen und klein hacken. Knoblauch abziehen und kleinhacken. Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die Butter mit den Kräutern, Knoblauch, dem Zitronenabrieb, Vanillemark und Rosmarin in einer Pfanne aufschäumen lassen und beiseite stellen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten in der flüssigen Kräuterbutter ruhen lassen.

Für die Gnocchi: Die Kartoffeln schälen und in einem Topf in Salzwasser kochen. Anschließend durch eine Kartoffelpresse drücken und mit Eigelb, Mehl und Kartoffelmehl vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse Teigrollen machen und kleine Gnocchi formen. Diese in kochendem Salzwasser in einem Topf kochen bis sie an der Wasseroberfläche schwimmen. In eine flache Form geben und mit Öl beträufeln, damit die Gnocchi nicht zusammenkleben. Gnocchi in einer Pfanne mit Butter und Salbei anbraten.

Für das Zuckerschoten-Gemüse: Zuckerschoten abrausen und schräg halbieren, danach die Cocktailtomaten vierteln. Schalotten abziehen und kleinschneiden. Die Butter mit Zuckerschoten und Schalotten in eine Pfanne geben und nach etwa 2 Minuten die Tomaten hinzugeben und nochmals 2 Minuten braten und zuletzt mit gehackter Minze, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Rotwein-Schalotten: Die Schalotten und den Knoblauch abziehen, grob schneiden und den Zucker in der Pfanne karamellisieren lassen. Nun mit dem Rotwein ablöschen und die Schalotten, den Lammfond und den Rosmarinzweig hinzufügen. Die Flüssigkeit 10-15 Minuten köcheln lassen und zuletzt mit Butter abbinden und den Rosmarinzweig entfernen. Am Ende das Fleisch 5 Minuten in der Gewürzbutter ruhen lassen.

Den Lammrücken mit den Gnocchi, Zuckerschoten-Gemüse und Rotwein- Schalotten auf einem Teller anrichten und servieren.

Celia Caspary am 06. Februar 2017

Lamm-Rücken, Kräuter-Kruste, Rotwein-Soße, Orangen-Salat

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

300 g Lammrückenfilet	50 g mittelscharfer Senf	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Kräuterkruste:

2 Scheiben helles Toastbrot	1 Knoblauchzehe	150 g Butter
1 Zweig Basilikum	1 Zweig Thymian	1 Zweig Petersilie
1 Zweig Majoran	1 Zweig Rosmarin	

Für die Rotweinsauce:

1 Schalotte	250 ml trockener Rotwein	50 ml Sahne
1 Zweig Rosmarin	1 EL Zucker	Speisestärke
Salz	Pfeffer	

Für den Orangensalat:

1 Fenchel	2 süßliche Orangen	$\frac{1}{2}$ rote Zwiebel
50 ml Olivenöl	1 EL Chiliflocken	Salz

Backofen auf 220 Grad Ober/Unterhitze vorheizen.

Für die Kräuterkruste Toastbrot zerbröseln, Basilikum, Thymian, Petersilie, Majoran und Rosmarin waschen, trockenwedeln und sehr fein hacken. Knoblauch abziehen und ebenfalls klein hacken. Nun alles vermischen und auf einen Teller geben.

Für den Lammrücken Olivenöl in einer Pfanne sehr heiß werden lassen. Die Lammrückenfilets waschen, trocken tupfen, würzen und von jeder Seite scharf anbraten bis sie schön dunkel werden. Nun die Filets raus nehmen und nur von oben mit dem Senf bestreichen. Anschließend die Filets in die Kräuter-Brot-Masse drücken und mit der Masse nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Die Butter in feine Scheiben schneiden und auf die Brot-Masse legen. Die Filets nun für circa 12 bis 15 Minuten in den bereits vorgeheizten Backofen geben. Den Ofen circa fünf Minuten vor Ende der Garzeit auf Grill umstellen und die Filets gratinieren lassen.

Für die Sauce den Zucker in einem Topf bei mittlerer Hitze schmelzen. Die Schalotte abziehen, sehr fein schneiden und im Zucker weich dünsten. Die Hitze hoch schalten und sobald es kräftig kocht, mit dem Rotwein ablöschen. Den Rosmarinweig hineingeben und die Flüssigkeit auf die Hälfte reduzieren. Die Sahne dazu gießen und noch mal alles auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eventuell mit etwas Speisestärke abbinden.

Für den Orangensalat die Orangen schälen und in Stücke schneiden. Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Fenchel putzen und kleinschneiden. Orangen, Fenchel und Zwiebeln gut vermischen, mit Olivenöl vermengen und mit Chili und Salz würzen.

Lammrücken auf sizilianischem Orangensalat auf Tellern anrichten, die Sauce dazugeben und servieren.

Graziella Macri am 31. März 2016

Lamm-Rücken, Rotwein-Soße, Kartoffel-Taler, Rosenkohl

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

400 g Lammrücken	2 Knoblauchzehen	50 ml Lammfond
100 ml Rotwein	1 Zweig Thymian	1 Zweig Rosmarin
1 Prise Lammgewürz	5 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Kartoffeltaler:

3 festk. Kartoffeln	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
30 g Parmesan	40 g Gouda	150 ml Sahne
1 Muskatnuss	Salz	Pfeffer

Für den Speck-Rosenkohl:

300 g Rosenkohl	50 g Räucherspeck	1 Schalotte
100 ml Sahne	2 TL Butter	Salz, Pfeffer

Für den Lammrücken mit Rotweinsauce:

Den Lammrücken waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Knoblauchzehen abziehen und klein hacken. Das Fleisch in einer mit Olivenöl erhitzten Pfanne ca. 2-3 Minuten braten. Rosmarin und Thymian abbrausen, trockenwedeln und zu dem Lammfilet geben. Den Knoblauch ebenfalls dazugeben und das Ganze unter wenden rundum etwa 8 Minuten weiter garen. Das Lammfilet aus der Pfanne nehmen und in einer Folie ruhen lassen.

Den Bratensatz mit Lammfond und Rotwein ablöschen und einkochen lassen.

Für die Kartoffeltaler:

Den backofen auf 185 Grad Umluft vorheizen.

Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Diese in Wasser mit wenig Salz vorkochen. Schalotte abziehen, würfeln, in einer Pfanne andünsten und mit 150 ml Sahne ablöschen. Knoblauch abziehen und klein hacken. Die vorgegarten Kartoffeln mit in die Sahne geben und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Den gehackten Knoblauch dazugeben. Den Parmesan reiben, unterheben und alles in eine Auflaufform geben, dabei möglichst dünn ausbreiten. Gouda reiben und die Kartoffeln damit belegen. Die Sahnekartoffeltaler bei 185 Grad Umluft für ca. 20 Minuten in den Ofen geben.

Aus dem Kartoffelauflauf kleine Taler ausstechen.

Für den Speck-Rosenkohl:

Rosenkohl putzen, vierteln, Strunk entfernen und 5 Minuten in Salzwasser garen. In kaltem Wasser abschrecken. Den Speck würfeln. Die Schalotte abziehen, würfeln und mit dem Speck in einer Pfanne andünsten. Den Rosenkohl und die Butter dazu geben und mit Salz, Pfeffer abschmecken. Mit Sahne angießen und beiseite stellen.

Vor dem Servieren den Rosenkohl nochmals aufkochen.

Das Lamm aus der Folie nehmen, aufschneiden und zusammen mit dem Speck-Rosenkohl, den Kartoffeltalern und der Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Nico Tappe am 10. pril 2017

Lamm-Rücken, Zitronen-Walnuss-Risotto, Paprika-Konfitüre

Für zwei Personen

Für das Lamm:

400 g Lammlachse	2 Stück Knoblauch	1 rote Pfefferschote
1 Bio-Zitrone	1 EL Butter	2-3 Zweige Rosmarin
2-3 Zweige Thymian	1 TL Chili-Flocken	Olivenöl
Salz, Pfeffer		

Für das Risotto:

50 g Risotto Reis	3 Schalotten	2 Stück Knoblauch
2 Pfefferschoten	2 Zitronen	100 g Parmesan
2-3 EL Butter	250 ml trockener Weißwein	750 ml Gemüsefond
100 g Walnüsse	1 Bund Schnittlauch	1 Bund Koriander
1 Prise Zucker	Salz, Pfeffer	

Für die Paprika-Konfitüre:

2 Paprika	1 große rote Zwiebel	2 Sternanis
100 g Zucker	4 EL Weißwein-Essig	1 Bund Minze
Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Für den Erbsenschaum:

250 g TK-Erbsen	1 Schalotte	1 Knoblauch
2 EL Butter	200 ml trockener Weißwein	200 ml Gemüsefond
1 TL Wasabi	100 ml Schlagsahne	Salz

Für das Lamm die Nadeln von Rosmarin und Thymian zupfen und fein hacken. Die Kräuter mit einer guten Prise Salz, Pfeffer, Chili Flocken und der Schale von einer Zitrone mischen.

Olivenöl erhitzen. Lammlachse waschen, trocken tupfen, in der Kräutermischung wenden und anbraten. Eine angeschnittene Pfefferschote und eine zerdrückte Knoblauchzehe dazugeben. Hitze reduzieren und Butter hinzufügen. Fleisch immer wieder mit der Butter beträufeln. Abschließend das Fleisch in Alu-Folie einwickeln und fünf Minuten ruhen lassen.

Für das Risotto Schalotten und Knoblauch abziehen, mit Pfefferschoten in feine Würfel schneiden und in Butter glasig schwitzen. Den Fond erhitzen. Reis zu den Schalotten geben und mit garen. Mit dem Wein ablöschen. Wenn der Wein verkocht ist, immer wieder mit Fond aufgießen und unter ständigem Rühren gar kochen. Parmesan fein reiben. Zitronenschale von beiden Zitronen abreiben. Kräuterblätter abzupfen, geriebenen Parmesan dazugeben, Butter unterrühren und mit Walnüssen und Kräutern verfeinern.

Für die Paprika-Konfitüre Zwiebel abziehen und in feine Würfel scheiden. Paprika von Gehäuse und Stängel befreien und in kleine Würfel schneiden. Beides in Olivenöl anbraten, mit Zucker karamellisieren und mit Weinessig ablöschen und reduzieren. Den Sternanis mit garen. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer abschmecken, Sternanis entfernen und die Hälfte der Masse pürieren und wieder zum Rest dazugeben. Als Abschluss etwas Minze hinzufügen.

Für den Erbsenschaum Schalotte und Knoblauch abziehen, vom Knoblauch den Keimling entfernen und beides fein schneiden und in Butter anbraten. Die Erbsen dazu geben und mit Weißwein und Fond ablöschen und reduzieren. Wasabi und Sahne dazugeben, kurz aufkochen lassen und passieren. Mit Salz abschmecken und nochmals mit Butter aufmontieren.

Die Lammlachse mit der Paprika-Konfitüre, dem Risotto sowie dem Erbsenschaum auf Tellern anrichten und servieren.

Niklas Zeiner am 21. September 2015

Lamm-Ragout mit Rübchen

Für 4 Personen

4 Zwiebeln	1 Knoblauchzehe	1 Zweig Rosmarin
1/2 Bund Thymian	1 Lammschulter (1 kg)	2 EL Olivenöl
1 EL Tomatenmark	400 ml Rotwein	2 Karotten
3 Navettes-Rübchen	50 g Sellerie	50 g Steckrübe
Salz, Pfeffer	8-12 frische Lavendelblüten	

Die Zwiebeln schälen und in möglichst dünne Scheiben schneiden. Den Knoblauch schälen und andrücken. Rosmarin und Thymian abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Das Fleisch in 3 cm große Würfel schneiden. Olivenöl in einem Schmortopf erhitzen und die Zwiebeln anschwitzen, Fleisch zugeben und anbraten. Mit etwas Salz würzen. Kräuter, Knoblauch und Tomatenmark zugeben und kurz mitschmoren. Mit Rotwein auffüllen und aufkochen, dann zugedeckt bei milder Hitze ca. 30 Minuten schmoren. In der Zwischenzeit Karotten, Navettes-Rübchen, Sellerie und Steckrübe waschen, schälen (junge Navettes müssen nicht geschält werden) und in Spalten schneiden. Die Gemüse zum Ragout hinzugegeben und das Ragout zugedeckt noch ca. 35 Minuten weiterschmoren. Hin und wieder umrühren. Das Ragout mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Das Ragout anrichten, mit Lavendelblüten bestreut servieren. Dazu passt Baguette oder Salzkartoffeln.

Vincent Klin am 16. Juli 2015

Lamm-Sandwich mit Koriander-Pesto

Für zwei Personen

Für das Lamm:

1 Lammrücken à 400 g	2 Stiele Thymian	2 Stiele Rosmarin
2 Zehen Knoblauch	Zucker	Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Koriander-Pesto:

$\frac{1}{2}$ Bund Koriander	$\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie	50 g Cashewkerne
50 g Parmesan, am Stück	1 Zitrone	75 ml Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Sandwich:

4 Scheiben amerik. Toastbrot	1 Tomate	1 Romanasalat
1 Zehe Knoblauch	Salz	Pfeffer

Für das Lamm:

Den Ofen auf 160 Grad Heißluft vorheizen.

Das Lammfleisch mit Salz, Pfeffer und Zucker in Olivenöl scharf anbraten. Mit Thymian, Rosmarin und Knoblauch (gequetscht) im Ofen auf dem Gitterrost etwa 20 Minuten nachgaren. Aus dem Ofen nehmen und abgedeckt bis zum Anrichten ruhen lassen.

Für das Koriander-Pesto:

Die Cashewkerne ohne Fett in einer Pfanne anrösten. Petersilie und Koriander abbrausen, trocken wedeln und klein hacken. Käse fein reiben. Von der Zitrone etwas Schale fein abreiben. Eine Hälfte der Zitrone auspressen. Nüsse klein hacken. Petersilie, Koriander, Zitronenabrieb, Zitronensaft, Cashewkerne und Parmesan zusammen mit dem Öl in ein hohes Gefäß geben und mit dem Zauberstab aufmixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Sandwich:

Das Brot in einer Pfanne etwas anrösten und mit Knoblauch abreiben. Salat waschen, trocken schleudern und klein zupfen. Tomaten in Scheiben schneiden.

Das Fleisch schräg in dünnen Scheiben aufschneiden, Brot mit Pesto bestreichen, im Wechsel mit Salat, Tomate und Fleisch belegen. Mit der 2. Toastscheibe belegen. Schräg durchschneiden und beide Hälften auf einem flachen Teller anrichten und servieren.

Daniel Bänzli am 26. April 2017

Lamm-Topf Mont Ventoux mit Rosmarin-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

250 g Lammrücken Butter

Für die Rotwein-Sahne-Sauce:

100 g geräucherter Speck	15 schwarze Oliven	1 Zwiebel
2 Zehen Knoblauch	150 ml Sahne	250 ml trockenen Rotwein
50 ml Rinderfond	50 ml Cognac	10 g Korinthen
$\frac{1}{2}$ EL grüner Pfeffer	Thymianblüten	Salz

Für die Kartoffeln:

100g kleine Kartoffeln 1 Zweig Rosmarin Olivenöl

In einem Topf Wasser mit Salz zum Kochen bringen.

Den Ofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Für die Pellkartoffeln Kartoffeln waschen und samt Schale in kochendem Wasser garen. Lammrücken waschen, trockentupfen, in Stücke schneiden und anschließend in Butter von beiden Seiten anbraten. Im Ofen warm stellen.

Für die Rotwein-Sahne-Sauce Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken, Bacon würfeln, Oliven halbieren und Pfeffer mörsern. In einer Pfanne Bacon und Zwiebel anbraten. Mit Rotwein ablöschen, etwas Fond hinzugeben. Anschließend Sahne, Knoblauch, Oliven, Thymianblüten, Korinthen, grünen Pfeffer und Cognac zugeben. Mit Salz abschmecken.

Lammrücken in die Sauce geben und alles köcheln lassen.

Kartoffeln abgießen und halbieren. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und fein hacken. Kartoffeln zusammen mit Rosmarin in heißem Olivenöl schwenken.

Das provenzalische Lamm mit den Kartoffeln auf einem Teller anrichten und servieren.

Elke Jureit am 27. Juni 2016

Marinierter Lamm-Lachs auf Zimt-Spieß mit Couscous

Für zwei Personen

Für den Lammlachs:

1 Lammlachs à 400 g 10 lange Zimtstangen neutrales Öl

Für die Marinade:

100 ml Olivenöl 10 ml Sesamöl 1 EL Tomatenmark
1 Bund Thymian 1 Bund Rosmarin 1 EL rosenscharfes Paprikapulver
2 EL Knoblauchgranulat Salz Pfeffer

Für den Couscous.:

300 g Instant-Couscous 1 Bund Rucola 1 rote Paprika
150 g helle Rosinen 1 L Gemüsefond 1 TL Chili-Sauce
1 Bund glatte Petersilie 2 TL Sumach 6 EL Kurkumapulver
neutrales Öl Salz Pfeffer

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie

Für die Marinade Oliven- und Sesamöl mit Tomatenmark in eine Schüssel geben. Thymian und Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, kleinhacken und mit dem Paprikapulver und dem Knoblauchgranulat zum Tomatenmark in die Schüssel geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für den Lammlachs Fleisch waschen und trocken tupfen. Lammlachs in dünne, breite Scheiben schneiden, plattklopfen und in die Marinade legen. Ruhen lassen.

Für den Rosinen-Paprika-Rucola-Couscous Gemüsefond erhitzen, Couscous damit übergießen und quellen lassen. Rote Paprika waschen, in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit etwas Öl scharf anbraten. Petersilie und Rucola waschen, trocken wedeln und klein hacken. Rosinen ebenfalls klein hacken und Petersilie, Rucola und Rosinen zum Couscous geben. Paprikastreifen hinzufügen und mit Chili-Sauce, Salz, Kurkumapulver, Sumach und Pfeffer abschmecken. Zimtstangen der Länge nach halbieren und an einem Ende anspitzen. Fleisch aus der Marinade nehmen, mit einer Messerspitze einige Löcher hineinbohren und auf die Zimtstangen wellenförmig spießen. Fleisch-Zimt-Spieße in eine Pfanne geben und in Öl braten.

Für die Garnitur Petersilie waschen und grob zerzupfen.

Marinierter Lammlachs auf Zimtspieß mit Rosinen-Paprika-Rucola-Couscous auf Tellern anrichten, mit Petersilie garnieren und servieren.

Martin Feller am 20. April 2016

Marinierter Lamm-Lachs mit Zitronen-Soße, Hummus, Salat

Für zwei Personen

Für die Lammlachse:

2 Lammlachs à 200 g	1 TL gemahlener Piment	½ TL Zimt
1 Muskatnuss (Prise)	1 TL Za'atar	2 TL Weißweinessig
1 Zweig glatte Minze	1 Zweig glatte Petersilie	Butterschmalz
1 TL Salz	¼ TL Schwarzer Pfeffer	

Für den Hummus:

300 g Kichererbsen	1 Knoblauchzehe	130 g helles Tahini
½ Zitrone (Saft)	70 ml Eis-Wasser	1 TL Kreuzkümmel
Salz		

Für den arabischen Salat:

200 g Tomaten	50 g Radieschen	125 g Minigurken
1 Frühlingszwiebel	1 Knoblauchzehe	125 g dickes Fladenbrot
100 g griech. Joghurt	100 ml Buttermilch	2 Zweige Minze
2 Zweige glatte Petersilie	1 TL getr. Minze	½ Zitrone (Saft)
30 ml Olivenöl	Olivenöl	1 EL Weißweinessig
1 TL gemahlener Sumach	Salz	Pfeffer

Für die Zitronensauce:

½ Knoblauchzehe	1 Zweig glatte Petersilie	½ Zitrone
1 EL Weißweinessig	1 grüne Schote Chili	1 TL Rose's Lemon Squash
2 EL Pinienkerne	¼ TL Salz	

Für die Lammlachse: Minze und Petersilie abbrausen, trocken wedeln und feinhacken. Das Lammfleisch in feine Scheiben schneiden und mit Kräutern, Piment, Zimt, Muskatnuss, Za'atar, Weißweinessig, Salz und Pfeffer vermengen. Abgedeckt 20 Minuten ruhen lassen. Anschließend in einer Pfanne mit heißem Butterschmalz anbraten und warm halten.

Für den Hummus: Die Kichererbsen abgießen, abbrausen und trocken tupfen. In einer Küchenmaschine pürieren. Knoblauch abziehen. Bei laufendem Motor Tahini, Zitronensaft, Knoblauch und Salz hinzufügen. Das Eiswasser langsam dazugeben und das Ganze etwa 5 Minuten weiter mixen bis eine glatte, cremige Paste entstanden ist. Eine halbe Stunde kaltstellen.

Für den arabischen Salat: Joghurt und Buttermilch in einer Schüssel verrühren.

Das Brot in mundgerechte Stücke reißen und in eine große Schüssel geben. Tomaten, Radieschen und Gurken abbrausen, trocken tupfen und feinschneiden. Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Knoblauch abziehen und feinhacken. Minze und Petersilie abbrausen, trocken wedeln und feinhacken. Die Mischung und, die klein geschnittenen Zutaten - bis auf den Sumach dazugeben, alles gut vermengen und den Salat 10 Minuten durchziehen lassen. Den Salat mit Olivenöl beträufeln und großzügig mit Sumach bestreuen.

Für die Zitronensauce: Knoblauch abziehen und feinhacken. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und feinhacken. Zitrone auspressen und den Saft auffangen. Chili halbieren, Kerne entfernen und kleinschneiden. Knoblauch, Petersilie, Zitronensaft, Weißweinessig, Chili, Lemon Squash und Salz miteinander vermengen. Pinienkerne in einer Pfanne rösten.

Marinierten Lammlachs mit Zitronensauce, Hummus und arabischem Salat auf Tellern anrichten und servieren

Neele Klipp am 27. Dezember 2017

Marokkanischer Lamm-Topf mit Couscous

Für zwei Personen

Für den Lammtopf:

350 g Lammlachs	30 g getrocknete Aprikosen	150 g Knollensellerie
10 g Ingwer	1 kleine Zwiebel	2 EL Butter
1 EL Rapsöl	1 TL Koriandersamen	Ras-el-Hanout
Harissa	Salz	schwarzer Pfeffer

Für das Couscous:

100 g Instant Couscous	1 Orange	1 Zitrone
2 EL Rapsöl	2 TL Akazienhonig	1 Bund frisches Koriandergrün
1 TL Zimt	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Für den Lammtopf die Hälfte der Butter in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze vorbe-reiten. Die Zwiebel abziehen, den Ingwer schälen und beides fein reiben. Den Sellerie und die Aprikosen waschen und trocken tupfen. Anschließend beides fein würfeln. Das Fleisch waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend von beiden Seiten scharf anbraten und im Backofen garen.

Öl und die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen und anschließend die Zwiebeln, den Ingwer und die Koriandersamen darin andünsten. Die Harissa und das Ras el-Hanout, sowie den Sellerie und die Aprikosen dazugeben. Mit 200 Milliliter warmem Wasser angießen und 20 Minuten leicht köcheln lassen. Danach das Fleisch hinzugeben und kurz ziehen lassen.

Währenddessen die Zitrone und die Orange halbieren und den Saft auspressen, in einem Topf aufkochen und anschließend den Couscous mit dem aufgekochten Saft übergießen. Den Couscous zehn Minuten ziehen lassen und danach mit dem Öl, dem Honig, dem Zimt, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Couscous zusammen mit dem Lammtopf auf Tellern anrichten und mit dem Koriandergrün garnieren.

Margarethe Hoffman-Decker am 13. April 2015

Marokkanischer Lamm-Topf mit grünen Bohnen, Tomaten

Für zwei Personen

300 g ausgelöster Lammrücken	100 g grüne Bohnen	200 g Kirschtomaten
250 g Dosentomaten	2 große Zwiebeln	2 EL Butterschmalz
5 Zweige Thymian	1 TL Ras el Hanout	Zucker, Salz, Pfeffer

Das Fleisch abspülen, trocknen und in zwei Zentimeter große Stücke schneiden. Die Bohnen putzen, abspülen und halbieren. Die Tomaten abspülen und halbieren, dabei den Strunk heraus-schneiden. Die Zwiebeln abziehen und grob würfeln. In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die Zwiebelwürfel darin anbraten. Das Fleisch dazugeben und unter Wenden kräftig anbra-ten. Das Ras el Hanout darüber streuen und kurz mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Bohnen und die Dosentomaten dazugeben. Zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa zehn Minuten schmoren. Die Kirschtomaten zufügen und einmal aufkochen. Den Eintopf mit Salz, Pfeffer, Ras el Hanout und einer Prise Zucker abschmecken. Den Thymian abspülen, trocken tupfen und die Blätter fein gehackt darüber streuen. Den Lamm-Tomaten-Eintopf auf Tellern anrichten und servieren.

Sebastian Hensel am 29. Januar 2015

Ofen-Lachs mit Zitronen-Risotto und Zucchini-Spaghetti

Für zwei Personen

Für den Ofenlachs:

2 Lachsfilets à 150 g	4 EL Olivenöl	1 Zweig Oregano
1 Zweig Rosmarin	Salz	Pfeffer

Für das Zitronen-Risotto:

150 g Risottoreis	1 Schalotte	1 Zitrone
3 EL Butter	70 g Parmesan	200 ml trockener Weißwein
750 ml Gemüsefond	1 Bund glatte Petersilie	Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

Für die Zucchini-Spaghetti:

1 Zucchini	2 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer
------------	---------------	---------------

Ofen auf 130 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Für das Risotto Gemüsefond in einem Topf erwärmen.

Für das Risotto Schalotte abziehen und würfeln. Ein Esslöffel Butter zerlassen, Schalotte darin anschwitzen. Reis hinzugeben und ebenfalls mit anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und mit etwas warmem Gemüsefond aufgießen. Bei schwacher Hitze köcheln lassen und immer wieder Fond nachgießen. Parmesan reiben. Zitrone halbieren, Saft auspressen und Schale abreiben. Etwas Zitronensaft zum Risotto geben. Zum Schluss restliche Butter und Parmesan hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer würzen, mit Muskatnuss, Zitronenabrieb und Zitronensaft abschmecken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, klein hacken und unter das Risotto heben.

Für den Ofenlachs Fisch kalt abwaschen und trocken tupfen. Rosmarin und Oregano abbrausen und trockenwedeln. Lachs in Backpapier mit Olivenöl, Salz, Pfeffer, Rosmarin und Oregano verpacken und für circa 20 Minuten bei 130 Grad im Ofen garen.

Für die Zucchini-Spaghetti Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zucchini waschen, trocken tupfen, mit dem Spiralschneider bearbeiten und in die Pfanne geben. Kurz im Öl schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen.

Ofenlachs mit Zitronen-Risotto und Zucchini-Spaghetti auf Tellern anrichten und servieren.

Carolin Adam am 26. Mai 2016

Riesenmuschelnudeln, Lamm-Fleisch, Rote Bete, Pfannkuchen

Für zwei Personen

Für die Riesenmuschelnudeln:

8 Riesenmuschelnudeln	120 g Lammhackfleisch	2 kleine Rote Bete
2 EL Schmand	1 EL Doppelrahmfrischkäse	2 EL weicher Gorgonzola
1 Zwiebel	1 Msp. Kardamompulver	1 Msp. Zimt
1 Msp. Nelkenpulver	1 Msp. Chilipulver	2 Zweige Thymian
Öl	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

80 g Rucola	1 TL Honig	1 TL Senf
1 TL heller Balsamicoessig	2 EL Olivenöl	2 EL Pinienkerne
Salz	Pfeffer	

Für die Pfannkuchen:

1 süße, reife Birne	80 g Mehl	1 Ei
50 ml Milch	2 EL brauner Zucker	1 TL Puderzucker
30 g Zartbitterschokolade (80%)	3 EL Butter	1 Prise Salz

Für die Zimtsahne:

100 ml Sahne	1 TL Puderzucker	1 Msp. Zimt
--------------	------------------	-------------

Für den Punsch:

50 g Zucker	3 Eigelb	1 TL Zimt
1 Zitrone	1 EL Orangenlikör	1 EL Rum
200 ml Weißwein	2 Orangen	100 ml Sahne
1 TL brauner Zucker		

Für die Riesenmuschelnudeln:

Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Nudeln in kochendem Salzwasser al dente kochen. In der Zwischenzeit Zwiebel abziehen, fein würfeln und im Öl anschwitzen. Lammhackfleisch zugeben und krümelig anbraten. Rote Bete schälen, sehr fein würfeln, ebenso zugeben. Mit den Gewürzen sowie Salz und Pfeffer würzen. Thymian abbrausen, trockenwedeln, Blättchen abzupfen und unter die Hack-Masse rühren. Alles kurz schmoren lassen. Schmand, Gorgonzola, und Frischkäse verrühren, würzen. Nudeln abgießen, gut abtropfen lassen und in eine ofenfeste Form nebeneinander legen. Füllung in die Muschelmitte füllen, mit dem Löffel festdrücken und je einen Schmand-Gorgonzola-Löffel daraufsetzen. Nudeln in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 10 Minuten gratinieren. Herausnehmen und kurz abkühlen lassen.

Für die Garnitur:

Rucola waschen, trockenschleudern. Senf, Honig, Essig und Öl zu einem Dressing verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Rucola mit dem Dressing vermengen und als Beet auf Tellern anrichten und die Nudeln zuletzt daraufsetzen.

Für die Pfannkuchen:

Ei mit Mehl, Zucker und einer Prise Salz cremig schlagen Milch zufügen, bis der Teig die gewünschte Konsistenz hat. Birne waschen, halbieren und Kerngehäuse entfernen. Aus den Birnenhälften schmale Spalten schneiden.

Butter in der Pfanne erhitzen. Braunen Zucker einstreuen, Birnenspalten in 2 kleinen Kreisen ächerförmig in der Pfanne auslegen. Pfannkuchenteig auf die Birnenkreise geben. Wenn das Obst karamellisiert ist, die Küchlein wenden und fertig braten. Schokolade grob raspeln und vor dem Servieren drüberstreuen.

Für die Zimtsahne:

Sahne mit Zimt und Puderzucker steif schlagen

Für den Punsch:

Ca. 1 TL Orangenschalenabrieb fein abreiben. Orangen halbieren und den Saft auspressen. Zitronen ebenso halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Zucker, Eigelb, $\frac{1}{2}$ TL Zimt einige Minuten cremig aufschlagen. Likör, Weißwein, Orangen- und Zitronensaft zufügen und vorsichtig erwärmen. Sahne steif schlagen. Zucker mit der Orangenschale und dem übrigen Zimt vermengen und auf die Sahnehaube streuen.

Riesenmuschelnudeln mit Lammfleisch und Rote Bete & Birnen- Pfannkuchen mit Schokoladenraspeln & Orangen-Eierpunsch auf Tellern anrichten und servieren.

Regine Wroblewski am 07. Dezember 2017

Rosmarin-Lamm mit Kartoffel-Paprika-Feta-Salat

Für zwei Personen

Für das Lamm:

400 g Lammfilet 4 Zweige Rosmarin Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für den Salat:

300 g festk. Kartoffeln 3 Zwiebeln 2 Knoblauchzehe
200 g rote Paprika 1 Chilischote 200 g Fetakäse
3 Stangen Sellerie 50 ml Weißweinessig 200 ml Gemüsesfond
1 Bund Koriander 1 Bund glatte Petersilie 1 Bund Minze
Salz, schwarzer Pfeffer

Für die Aioli:

150 g Parmesan 150 ml Pflanzenöl 1 EL Weißweinessig
1 EL mittelscharfer Senf 1 EL süßer Senf 1 Ei
1 Zitrone ½ Bund Basilikum

Einen Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen anderen auf 180 Grad Grillfunktion vorheizen.

Den Rosmarin klein hacken. Das Lammfilet waschen, trocken tupfen und in Salz, Pfeffer und dem Rosmarin wenden. Öl in einer Pfanne erhitzen und darin das Lamm kurz scharf anbraten und anschließend im Backofen weiter garen.

Salzwasser zum Kochen bringen. Die Kartoffeln mit der Schale darin gar kochen. Anschließend abgießen, auskühlen lassen und pellen. Die Paprika im anderen Backofen so grillen, bis sich die Haut sichtlich von der Paprika lösen lässt. Anschließend herausnehmen und schälen.

Für das Dressing die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen. Die Chilischote längs aufschneiden, entkernen und klein schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und darin alles anbraten. Anschließend den Senf dazugeben und mit dem Fond und dem Essig ablöschen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kartoffeln in Scheiben schneiden und in die Marinade geben. Die Paprika ebenfalls klein schneiden und zu den Kartoffeln geben. Den Fetakäse reinbröckeln. Die Kräuterblätter abzupfen und unter den Salat heben.

Für die Aioli aus dem Öl, dem Essig, dem Ei und dem Senf eine Mayonnaise herstellen. Die Zitronenschale abreiben und den Saft auspressen. Den Parmesan fein reiben. Die Basilikumblätter abzupfen und sehr fein schneiden. Die Mayonnaise mit dem süßen Senf, dem Parmesan und dem Abrieb und dem Saft der Zitrone sowie dem Basilikum verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Lamm mit dem Kartoffel-Paprika-Salat und der Aioli auf Tellern anrichten und servieren.

Niklas Zeiner am 13. August 2015

Schwäbisches Cordon bleu mit Tagliatelle, Tomaten-Gemüse

Für zwei Personen

Für das Cordon bleu:

2 Lammlachse	100 g Limburger Käse	100 g Schwarzwurst
1 Ei	100 g Paniermehl	100 g Mehl
3 Zweige Thymian	Olivenöl, Chilipulver	Salz, Pfeffer

Für die Tagliatelle:

100 g Mehl	25 g Hartweizengries	2 Eier
Butter, Salz		

Für das Tomatengemüse:

400 g stückige Dosen-Tomaten	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ Bund Basilikum	50 g Butter	Salz, Pfeffer

Einen Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Für die Tagliatelle ein Ei trennen. Mehl, Hartweizengries, ein Ei und ein Eigelb in der Küchenmaschine verkneten. Je nach Konsistenz noch ein wenig Wasser hinzugeben. Den Teig anschließend in Klarsichtfolie einwickeln und im Kühlschrank ruhen lassen.

Den Thymian fein hacken.

Die Lammlachse waschen, trocken tupfen und eine Tasche in die Seite schneiden. Mit Salz, Pfeffer, Chilipulver und Thymian würzen. Den Käse und die Schwarzwurst in Stifte schneiden, in die Lammlachse füllen und das Fleisch zuklappen.

Eine Panierstraße aus einem Ei, Mehl und Paniermehl vorbereiten.

Die gefüllten Lammlachse zunächst in Ei und anschließend in Mehl und Paniermehl wenden. Die panierten Lammlachse in Öl ausbraten und zum garen in den Backofen geben.

Die Basilikumblätter fein hacken.

Für das Tomatengemüse die Schalotte und den Knoblauch abziehen, fein hacken und in Butter andünsten. Die stückigen Tomaten dazugeben, salzen und pfeffern und leicht köcheln lassen. Anschließend Basilikum darüber streuen.

Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Dein Nudelteig mit der Nudemaschine dünn ausrollen, in Tagliatelle schneiden und in Salzwasser gar kochen. Die Nudeln aus dem Wasser schöpfen und mit etwas Butter in der Pfanne schwenken.

Das schwäbische Cordon Bleu mit selbstgemachten Tagliatelle und Tomatengemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Dorothee Frey am 19. August 2015

Shakshuka mit Lamm-Filet und Knoblauch-Baguette

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

1 Lammfilet, ca. 200 g 2 Zehen Knoblauch 4 Zweige Rosmarin
Olivenöl

Für das Shakshuka:

2 kleine rote Spitzpaprika 300 g Dosentomaten 2 Fleischtomaten
1 mittelgroße Zwiebel 4 Zehen Knoblauch 1 Peperoni
4 Eier, Größe M $\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie 1 EL Oregano, gerebelt
1 TL Kreuzkümmel gemahlen 1-2 EL Tomatenmark Olivenöl
Zucker Meersalzflocken Salz
Pfeffer

Für das Knoblauch-Baguette:

1 Baguette 20g Butter 2 Zehen Knoblauch

Den Ofen auf 80 Grad Ober/Unterhitze vorheizen.

Für das Shakshuka Zwiebeln und Knoblauch abziehen, kleinschneiden und in einer großen Pfanne in Olivenöl andünsten. Für das Fleisch den Rosmarin abbrausen und trockentupfen. Knoblauch abziehen und kleinhacken. Das Lammfilet waschen, trocken tupfen und in etwas Öl mit Knoblauch und Rosmarin in einer separaten Pfanne kurz anbraten. Anschließend bei 80 Grad im Ofen ziehen lassen.

Für das Shakshuka Peperoni und Paprika waschen, putzen und kleinschneiden. Zu den Zwiebeln geben und unter Rühren bei mittlerer Hitze mitdünsten bis die Paprikastreifen weich sind.

Tomaten waschen. Erst Tomatenmark, dann die Dosentomaten unterrühren. Die ganzen Tomaten hinzufügen. Mit Salz, Zucker, Oregano und Kreuzkümmel würzen und offen um ein Drittel einkochen. Dabei umrühren und die ganzen Tomaten zerdrücken.

Die Eier nacheinander einzeln aufschlagen, behutsam nebeneinander in die Sauce gleiten lassen und mit Salzflocken bestreuen. Etwa zwölf Minuten bei mittlerer Wärmezufuhr garen. Die Petersilie waschen, trockentupfen und kleinhacken.

Für das Baguette Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Das Baguette halbieren und kurz in einer Grillpfanne mit Knoblauch und Butter rösten.

Shakshuka mit Petersilie bestreuen. Mit Lammfilet und Baguette servieren.

Knut Barde am 30. März 2016

Steinpilz-Risotto mit Lamm-Rücken und Joghurt-Minz-Soße

Für zwei Personen

Für das Steinpilz-Risotto:

200 g große Steinpilze	100 g Risottoreis	½ Stange Staudensellerie
1 Schalotten	1 Zehe Knoblauch	50 g Butter
350 ml Geflügelfond	40 g Parmesan	2 Zweige Rosmarin
1 Zweig frische Petersilie	Kalaharisalz	Tellicherry Pfeffer

Für den Lammrücken:

2 Lammkarree	2 Zehen Knoblauch	2 EL Olivenöl
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	Salz
Pfeffer		

Für die Sauce:

100 g Joghurt	1 Zitrone, davon Saft und Abrieb	1 TL Harissapaste
3 Zweige Minze	1 Stück Ingwer (1 cm)	1 TL Bienenhonig
Salz	Pfeffer	

Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Lammkarrée mit Kalaharisalz und Tellicherry Pfeffer würzen. Knoblauch andrücken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Lamm zusammen mit den Thymian- und Rosmarinzweigen sowie dem Knoblauch von allen Seiten scharf anbraten. Das Fleisch wieder aus der Pfanne nehmen, auf ein Backblech legen, Kräuter und Knoblauch darauf verteilen und im Backofen etwa 20 Minuten in den Ofen geben.

Minze waschen, abtrocknen, Blätter abzupfen und fein hacken. Zitrone halbieren, eine Hälfte auspressen. Joghurt, Harissapaste und Zitronensaft verrühren. Ingwer schälen und in den Joghurt rühren. Gehackte Minze und Honig ebenfalls hineingeben und verrühren.

Steinpilze putzen und die Hälfte der Pilze würfeln. Die restlichen Pilze je halbieren. Schalotte und Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne mit etwas Butter glasig anschwitzen. Die gewürfelten Steinpilze dazugeben und leicht salzen. Risottoreis hinzugeben und unter Rühren andünsten. Mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Fond erhitzen und nach und nach unter Rühren zum Risottoreis geben und langsam einkochen lassen.

Die restlichen halben Steinpilze in etwas heißer Butter goldbraun anbraten. Rosmarinnadeln abzupfen und zu den Pilzen geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Das Lammkarrée aus dem Ofen nehmen, etwas ruhen lassen und anschließend mit einem Messer in einzelne Koteletts schneiden.

Petersilie waschen, abtrocknen, Blätter von den Stielen zupfen und grob hacken. Etwas kalte Butter, Parmesan und Petersilie unter das Risotto heben und erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Steinpilz-Risotto mit den gebratenen Steinpilzhälften garnieren, zusammen mit dem Lammrücken und der Joghurt-Minz-Sauce auf Tellern anrichten und servieren.

Manfred Königs am 14. März 2016

Surf-and-Turf von Garnele, Lamm, Kürbis-Ingwer-Schaum

Für zwei Personen

Für das Surf and Turf:

300 g Lammlachs	4 Riesengarnelen	1 rote Chilischote
1 Orange	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
1 Zweig Majoran	50 g Butter	Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Risotto:

150 g Risotto-Reis	2 Schalotten	3 Limetten
80 g Parmesan	750 ml Gemüsefond	300 ml halbtr. Weißwein
50 g Butter	50 g gemahlene Mandeln	1 Bund glatte Petersilie
Sonnenblumenöl	Salz	Pfeffer

Für den Kürbis-Ingwer-Schaum:

600 g Hokkaido-Kürbis	1 Zwiebel	50 g Ingwer
300 ml Gemüsefond	200 ml Kokosmilch	150 ml halbtr. Weißwein
Sonnenblumenöl	Salz	Pfeffer

Für den Wildkräutersalat:

100 g Wildkräuter	100 ml dunkler Balsamico-Essig	100 ml Olivenöl
50 g Himbeermark	1 EL mittelscharfer Senf	2 EL flüssiger Honig
Salz	Pfeffer	

Für die Garnitur:

50 g Pinienkerne	1 Kästchen Shiso-Kresse
------------------	-------------------------

Ofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Für das ‚Surf and Turf‘ Lammlachs kalt abbrausen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin, Thymian und Majoran abbrausen, trockenwedeln, Nadeln und Blätter abzupfen und fein hacken. In einer Pfanne Sonnenblumenöl erhitzen und Lamm darin von allen Seiten scharf anbraten. Butter und Kräuter hinzufügen und Lamm immer wieder mit der Kräuterbutter übergießen. Anschließend bei 80 Grad im Ofen 15 Minuten garen. Lamm vor dem Servieren in Tranchen schneiden.

Garnelen putzen und kalt abbrausen. Dann in der Pfanne, in der zuvor das Lamm gebraten wurde, glasig anbraten. Chili waschen, halbieren, Kerne entfernen und klein hacken. Orange waschen und Schale abreiben. Garnelen mit Orangenabrieb und Chili verfeinern, mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen.

Für das Risotto Schalotten abziehen und fein würfeln. Schale der Limetten abreiben und Saft einer Limette auspressen. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und hacken. Parmesan fein reiben. In einem Topf Sonnenblumenöl erhitzen und Schalotten glasig anschwitzen. Reis hinzugeben und ebenfalls glasig anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und Gemüsefond nach und nach angießen, bis der Reis bissfest gegart ist. Parmesan und Butter unterrühren. Limettenabrieb und -saft, Petersilie und gemahlene Mandeln pürieren und unter das Risotto rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Kürbis-Ingwer-Schaum Zwiebel abziehen und fein würfeln. Kürbis waschen, Kerne entfernen und Fruchtfleisch in Würfel schneiden. In einem Topf Sonnenblumenöl erhitzen, Zwiebeln und Kürbis scharf anbraten. Mit Weißwein ablöschen, Gemüsefond angießen und einkochen lassen. Kokosmilch hinzufügen. Ingwer schälen, fein reiben und ebenfalls dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles durch ein Sieb streichen und vor dem Servieren mit dem Stabmixer aufschäumen.

Für den Wildkräutersalat Wildkräuter putzen, waschen und trockenschleudern. Balsamico, Olivenöl, Himbeermark, Senf, Honig, Salz und Pfeffer mit dem Stabmixer zu einem Dressing mixen und mit den Wildkräutern vermengen.

Für die Garnitur Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. 'Surf and Turf' von Garnele und Lammlachs mit Kürbis-Ingwer-Schaum, Limetten-Petersilien-Risotto und Wildkräutersalat auf Tellern anrichten, mit Pinienkernen und Shiso-Kresse garnieren und servieren.

Marko Dietrich am 21. November 2016

Türkischer Pilaw mit Ziegen-Filet, Knoblauch-Joghurt-Soße

Für zwei Personen

Für den Pilaw:

200 g Langkorn-Reis	50 g Rosinen	1 Zwiebel
3 cm Ingwer	1 EL Butter	1 TL gem. Kreuzkümmel
Salz	Pfeffer	

Für die Ziegenfilets:

4 Ziegenfilets	1 EL Butterschmalz	1 Rosmarinzweig
Salz	Pfeffer	

Für die Sauce:

200 g griech. Naturjoghurt	1 Zehe Knoblauch	Salz
Pfeffer		

Für den Pilaw die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Ebenso den Ingwer in Würfel schneiden. In einem Topf die Butter zerlassen und die Zwiebel- und Ingwerwürfel zusammen mit dem Reis etwas andünsten. Mit etwa 400 ml stillem Wasser den Reis bedecken und die Rosinen hinzufügen. Salzen und pfeffern und etwas gemahlene Kreuzkümmel dazugeben. Den Reis aufkochen lassen, den Deckel auf den Topf geben und den Reis solange ziehen lassen, bis sämtliche Flüssigkeit verkocht ist.

Für das Fleisch die Ziegenfilets parieren, waschen und trockentupfen. Danach salzen und pfeffern. Das Butterschmalz in einer heißen Pfanne zerlassen und die Ziegenfilets darin kurz scharf anbraten. Herausnehmen und zusammen mit dem Rosmarinzweig zum Nachziehen in Alufolie wickeln und darin warmhalten. Aus der Pfanne den größten Teil der Flüssigkeit abgießen und etwas Bratensatz beiseite stellen.

Für die Sauce die Pfanne wieder langsam erhitzen und den Joghurt hineingeben. Den übrigen Bratensatz in den Joghurt rühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Knoblauchzehe abziehen, in feine Scheiben schneiden, zum Joghurt geben und vermengen.

Den Pilaw und die Joghurtsauce auf einem Teller anrichten, die Ziegenfilets mit dem Rosmarinzweig dazu geben und servieren.

Wolfgang Ruppert am 13. Juli 2016

Zweierlei 'Sfiha' mit Sesam-Dip

Für zwei Personen

Für die Sfiha:

100 g Lammhack	1 Tomate	1 Schalotte
100 g Schafskäse	200 g Mehl	1 Bund glatte Petersilie
1 Bund Koriander	$\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kreuzkümmel	1 Prise Zucker
2 EL Sonnenblumenöl	Salz	Pfeffer

Für den Dip:

1 Zitrone	50 g Joghurt	1 EL Tahin
Salz	Weißer Pfeffer	

Für den Teig das Mehl, Öl und 100 ml warmes Wasser mit etwas Salz und einer Prise Zucker verkneten und anschließend in einer zugedeckten Schüssel etwas ruhen lassen. Für die erste Füllung die Schalotte abziehen und kleinwürfeln. Zusammen mit dem Lammhack anbraten und mit Salz, Pfeffer und gemahlenem Kreuzkümmel kräftig abschmecken. Koriander von den Stielen zupfen, hacken und hinzugeben. Anschließend eine Tomate waschen, trocknen, vom Strunk befreien und würfeln. Tomate mit der Hackmasse verkneten.

Für die zweite Füllung Schafskäse mit einer Gabel zerkleinern und mit etwas Pfeffer abschmecken. Ein wenig gehackte Petersilie hinzugeben.

Nun den Teig ausrollen und mit einem Servierring kleine Teigkreise ausdrücken. Auf die Teigkreise nun abwechselnd 1 EL der Hackmasse und 1 EL der Schafskäsefüllung auf je einen Teigkreis geben und in der Mitte zusammenklappen. Am Rand mit einer Gabel den Teig zusammendrücken. Bei ca. 170 Grad in der Fritteuse 4 Minuten ausbacken.

Für den Dip Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Joghurt mit dem Tahin glattrühren und dann mit wenig Salz, Zitronensaft und Weißem Pfeffer abschmecken.

Zweierlei Sfiha mit Dip auf Tellern anrichten und servieren.

Abdul-Rahman Taifour am 08. Dezember 2015

Index

- Aubergine, 23, 43, 53–55, 59, 75, 89
Avocado, 53
- Bohnen, 6, 32, 63, 76, 77, 80, 99
Bratkartoffeln, 50
- Chinakohl, 14
Couscous, 24, 29, 43, 51, 81, 86, 97, 99
Curry, 6, 12, 43, 64, 67, 86
- Erbsen, 6, 27, 31, 34, 48, 51, 64, 74, 78, 93, 98
- Fenchel, 39
Filet, 4, 5, 10, 12, 17–29, 86, 91, 100, 103, 105, 108
Fleisch, 1, 2, 6, 9, 11, 14, 47, 101, 105
- Gurke, 2, 8, 14, 16, 17, 22, 29, 49, 64, 98
- Kürbis, 20, 24, 52, 70, 81, 107
Karree, 8, 30–43, 45, 47, 106
Kotelett, 8, 42, 48–55
- Lachs, 14, 56–59, 61–63, 65, 66, 68–70, 72–74, 76–78, 80, 81, 83, 98, 99, 104, 107
- Möhren, 2, 17, 24, 28, 29, 38, 39, 48, 58, 75, 94
Mangold, 41, 72
Maronen, 31, 70
- Nudeln, 1, 19, 22, 30, 48, 101, 104
- Pak-Choi, 56
Paprika, 5, 23, 38, 43, 48, 55, 83, 89, 93, 103, 105
Pastinaken, 24, 80
Pilze, 8, 20, 30, 35, 37, 45, 106
Polenta, 18, 21, 42, 55
Porree, 9
- Rüben, 59, 94
Rücken, 12, 16, 17, 19, 84–93, 95, 96, 99, 106
- Radieschen, 14, 98
Ragout, 38, 94
Ratatouille, 23, 43, 54, 89
Reis, 12, 16, 17, 26, 36, 64, 83, 93, 106–108
Rettich, 2, 78
Rosenkohl, 50, 92
Rote-Bete, 34, 51, 78, 101
Rotkraut, 2, 14, 26, 45, 70
Rucola, 97, 101
- Schoten, 19, 41, 51, 58, 78, 90, 93
Sellerie, 29, 59, 65, 66, 94, 99, 103, 106
sonstige, 109
Spargel, 11, 42, 62, 65
Spieß, 17, 75, 97
Spinat, 11, 53, 63
Spitzkohl, 2, 10
Steckrübe, 94
- Weißkohl, 61
- Zucchini, 23, 43, 54, 58, 75, 85, 86, 89, 100