

Lamm-Rücken, Avocado-Mango-Gemüse, Kartoffel-Spalten

Für zwei Personen

500 g Lammrücken	150 g festk. Kartoffeln	1 rote Chilischote
2 Knoblauchzehen	1 Schalotte	1 Avocado
1 Mango	65 g Butter	20 ml Portwein
75 ml Lammfond	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
Zucker	Balsamico-Essig	Olivenöl
Maiskeimöl	Salz	schwarzer Pfeffer

Den Backofen auf 130 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln in einen Topf mit kaltem Wasser geben und langsam gar kochen. Anschließend das Fleisch waschen, trocken tupfen und panieren. Dann salzen und in einer Pfanne scharf anbraten. Den Knoblauch abziehen und zusammen mit der Butter und den Kräutern in Alufolie einwickeln und in den Ofen geben. Den Bratenrückstand mit dem Portwein aufkochen, das Ganze einreduzieren lassen und dann mit dem Lammfond aufgießen. Die Schalotte abziehen und in kleine Würfel schneiden. Dann die Avocado schälen, den Kern entfernen und das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Die Mango ebenfalls schälen und in kleine Würfel schneiden. Die Schalotte in einem Topf mit etwas Olivenöl glasig anrösten, dann die Mango und die Avocado hinzufügen. Das Ganze mit dem Balsamico-Essig, etwas Zucker und Salz abschmecken. Die Chilischote der Länge nach aufschneiden, von Scheidewänden und Kernen befreien und klein schneiden. Dann nach Bedarf die Chilistückchen in den Topf geben. Anschließend die Kartoffeln vierteln in heißem Maiskeimöl braun anbraten. Dann auf etwas Küchenpapier abtropfen lassen. Den Saft mit Pfeffer und kalten Butterflocken verfeinern. Den gebratenen Lammrücken aus dem Ofen nehmen, in Tranchen schneiden und zusammen mit dem Avocado- Mango-Gemüse und den Kartoffelspalten auf Tellern anrichten und servieren.

Philipp Schmidt am 21. März 2012