

Lamm-Lachs mit Paprika-Zucchini-Kartoffel-Rahm

Für zwei Personen

2 Lammlachse, à 300 g	5 mehlig Kartoffeln	2 rote Paprika
2 Zucchini	3 Zweige Rosmarin	3 Zweige Lavendel
3 Zweige Zitronenthymian	3 Zweige glatte Petersilie	3 Zweige Melisse
100 ml Sahne	250 ml Rinderfond	Butter
3 EL Sonnenblumenöl	Olivenöl	weißer Pfeffer, Meersalz

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Die Lammlachse waschen und trocken tupfen. Die Kräuter waschen, trocknen, die Blätter abzupfen, klein hacken und vermengen. Die Lammlachse in den Kräutern wenden und mit etwas Sonnenblumenöl beträufeln. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Lammlachse darin etwa drei Minuten von jeder Seite anbraten. Anschließend die Lammlachse mit einem Stück Butter in den vorgeheizten Backofen geben und etwa fünfzehn Minuten darin garen lassen. Die Kartoffeln waschen, trocknen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Die rote Paprika waschen, trocknen, vom Kerngehäuse befreien und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Die Zucchini waschen, trocknen, schälen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse darin kurz anbraten. Anschließend mit dem Großteil des Fonds ablöschen und fünfzehn Minuten köcheln lassen. Das Gemüse abgießen, die Sahne hinzugeben und diese einkochen lassen. Das Ganze mit dem übrigen Fond abschmecken. Anschließend den Sahne zu dem Gemüse geben und dieses darin kurz anschwanken. Die Lammlachse aus dem Backofen nehmen, in Scheiben schneiden und mit Pfeffer und Meersalz würzen. Die Lammlachse mit dem Paprika-Zucchini-Kartoffel-Rahm auf einem Teller anrichten und servieren.

Markus Herrmann am 04. April 2012