

Lamm-Lachs mit lauwarmem Spargel-Salat und drei Dips

Für zwei Personen

2 Lammlachse, à 200 g	250 g grüner Spargel	125 g Blattspinat (TK)
100 g Kirschtomaten	2 Tomaten	2 rote Zwiebeln
2 Zweige Thymian	2 Zweige Rosmarin	2 Knoblauchzehen
2 Chilischoten	1 Ei	125 g Joghurt, 10 %
2 EL Balsamicoessig	3 EL Olivenöl	2 TL Honig
1 TL Senf	1 TL Tomatenmark	50 ml Sahne
200 ml Sonnenblumenöl	Butter, Zucker	Cumin, Parmesan
Paprikapulver, scharf	Salz, schwarzer Pfeffer	

Eine Pfanne mit Öl und eine weitere Pfanne mit Butter erhitzen. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Spargel putzen, schälen und in der Pfanne mit der Butter schwenken. Mit dem Zucker betreuen und karamellisieren lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Für das Dressing den Balsamicoessig, etwas von dem Öl und die Hälfte des Honigs zu einem Dressing vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tomaten waschen und vierteln. Eine Zwiebel abziehen, in Streifen schneiden und kurz zu dem Spargel in die Pfanne geben, bis sie glasig werden. Dann die Zwiebeln zusammen mit den Tomaten ins Dressing geben. Die Lammlachse waschen und trocken tupfen. Anschließend das Fleisch zusammen mit dem Thymian und dem Rosmarin von allen Seiten anbraten und in der Pfanne fertig garen lassen. Für den Aioli-Dip das Ei aufschlagen und in eine Schüssel geben. Den Senf und die Hälfte des Knoblauchs zusammen mit Salz und Pfeffer unter das Ei mischen. Mit dem Stabmixer zu einer cremigen Masse pürieren. Bei Bedarf etwas Öl hinzugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Für den Joghurt-Spinat-Dip den aufgetauten Spinat gut auspressen, sodass er möglichst trocken ist. Den Joghurt mit Salz, Pfeffer und Cumin würzen. Die Sahne zusammen mit der anderen Knoblauchhälfte vermengen und unter die Joghurtmasse heben. Abschließend den Spinat hinzugeben und alles gut verrühren. Für den Tomaten-Chili-Dip eine weitere Zwiebel abziehen und klein schneiden. Die Chilischote waschen und fein hacken. Die Kirschtomaten waschen und zusammen mit dem Honig, dem Chili, Salz und Pfeffer vermengen und mit einem Stabmixer zu einer cremigen Masse mixen. Die Lammlachse zusammen mit dem Spargel und den dreierlei Dips auf einem Teller anrichten. Mit dem Dressing garnieren und alles zusammen servieren.

Anja Herberg am 24. Mai 2012