

Lamm-Spieß mit Feigen und Polenta

Für zwei Personen

400 g Lammfleisch	150 g Polenta	2 Knoblauchzehen
1 Zwiebel	1 Stange Lauch	3 Feigen
250 g griechischer Joghurt	50 g Parmesan	50g Butter
2 Zweige Rosmarin	2 Zweige Oregano	4 Zweige Thymian
1 Zweig Salbei	1 TL Zimt	2 EL Honig
500 ml Gemüsefond	150 ml Rotwein	Olivenöl
Salz, Pfeffer		

Den Backofen mit Backblech auf 180 Grad Ober/-Unterhitze vorheizen. Zwei Holzspieße in warmem Wasser einweichen. Das Lammfleisch waschen, trocken tupfen und in Stücke schneiden. Die Feigen halbieren und einen halben Lauch in kleine Ringe schneiden. Das Fleisch, die Feigenstücke und den Lauch abwechselnd mit ein paar Salbeiblättern auf die Spieße stecken. Sechs Esslöffel Olivenöl, Honig, etwas Salz und Zimt zu einer Marinade vermischen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Lammspieße von allen Seiten kräftig anbraten. Anschließend auf das heiße Blech im Ofen legen und mit der Marinade beträufeln. Danach die Spieße bei 180 Grad im Ofen garen. Salzwasser aufkochen und die Polenta einrühren. Alles kurz aufkochen lassen und dann circa 10 Minuten auf kleinster Flamme quellen lassen. Butter und Parmesan hinzugeben und mit Rosmarin und Salz abschmecken. Weitere 15 Minuten quellen lassen. Zum Schluss noch mal mit Thymian, Oregano, Pfeffer und Meersalz abschmecken. Gemüsefond aufsetzen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. In der Pfanne mit den Bratrückständen den Rotwein aufkochen und reduzieren, bis die Flüssigkeit fast vollständig verkocht ist. Nach und nach den Fond hinzugeben und zu einer Soße einkochen lassen. Den Joghurt mit zwei Esslöffel Olivenöl, zwei Esslöffel Wasser und etwas Salz glatt rühren. Die Pfanne von der Herdplatte nehmen. Wenn die Flüssigkeit nicht mehr kocht, den Joghurt mit einem Schneebesen unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lammspieße und die Polenta mit der Joghurtsoße auf einem Teller anrichten.

Sara Bonetti am 22. Oktober 2012