

# Lamm-Rücken mit Erbsen-Minz-Püree und Vichy-Karotten

## Für zwei Personen

### Für das Lamm:

|                      |                     |                          |
|----------------------|---------------------|--------------------------|
| 2 Lammlachse à 120 g | 2 Zehen Knoblauch   | 2 weiße Zwiebeln         |
| 1 Zitrone            | 2 EL kalte Butter   | 100 g zimmerwarme Butter |
| 20 g Mehl            | 200 ml Geflügelfond | 400 ml Buttermilch       |
| 1 Lorbeerblatt       | 4 Zweige Thymian    | Meersalz, Pfeffer        |

### Für das Püree:

|                          |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 2 Petersilienwurzeln     | 150 g Erbsen             | 1 weiße Zwiebel          |
| 1 Zehe Knoblauch         | 1 Zitrone                | 2 EL Butter              |
| 400 ml Gemüsefond        | 40 ml weißer Wermut      | 40 ml trockener Weißwein |
| 1 Bund glatte Petersilie | $\frac{1}{2}$ Bund Minze | 1 Blatt Lorbeer          |
| 1 Wurzel Ingwer à 1 cm   | 1 Prise Zucker           | Olivenöl, Salz, Pfeffer  |

### Für die Vichy-Karotten:

|                |                      |                  |
|----------------|----------------------|------------------|
| 300 g Karotten | 1 Zitrone            | 2 EL Butter      |
| 1 EL Zucker    | 200 ml Mineralwasser | 1 Schote Vanille |
| Salz, Pfeffer  |                      |                  |

Für das Lamm einen Ofen auf 70 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Für das Lamm und die Sauce das Mehl und die zimmerwarme Butter mischen, verkneten und kalt stellen. Den Geflügelfond und 300 Milliliter der Buttermilch in einem Topf zum Kochen bringen. Vorsichtig Teile der Mehlbutter dazugeben bis eine leichte Bindung entsteht. Die Zwiebeln und die Knoblauchzehen abziehen und in Scheiben schneiden. Die Schale einer halben Zitrone abreiben und mit den Zwiebel- und Knoblauchscheiben, dem Lorbeerblatt und dem Thymian zu der Buttermilch geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Lammlachse mit Salz und Pfeffer würzen und in den kochenden Buttermilchsud geben. Den Topf vom Herd ziehen und das Lamm etwa 20 Minuten im Sud ziehen lassen bis es innen rosa ist. Anschließend das Lamm aus dem Sud nehmen und zum Warmhalten in den Ofen geben. Die Sauce durch ein Sieb passieren und erneut aufkochen. Die restliche kalte Buttermilch und die kalte Butter zugeben und mit dem Stabmixer schaumig mixen. Für das Püree den Ingwer schälen und feinhacken. Die Petersilienwurzel schälen, fein würfeln und in einem Topf mit Olivenöl und dem gehacktem Ingwer anschwitzen. Die Zwiebel abziehen, fein würfeln, hinzufügen und glasig andünsten. Den Knoblauch abziehen und zusammen mit einem haben Bund Petersilie fein hacken. Anschließend in die Pfanne geben und mit Salz abschmecken. Den Zucker hinzufügen und kurz karamellisieren lassen. Anschließend mit einem Schuss Wermut ablöschen. Wenn dieser fast eingekocht ist, mit einem Schuss Weißwein ablöschen, wieder einkochen lassen und anschließend mit dem Gemüsefond aufgießen. Die Schale der Zitrone abreiben und einen Teil der Zitronenstreifen mit dem Lorbeerblatt in die Pfanne geben. Die Erbsen hinzufügen und weich kochen. Anschließend die Erbsen durch ein Sieb passieren und das Lorbeerblatt und die Zitronenschalenstreifen entfernen. Die Erbsen in einem Mixer pürieren. Nach und nach Flüssigkeit aus dem Sud zugeben. Die restliche Petersilie, bis auf zwei Stiele, und etwas Minze fein hacken und untermengen. Die Butter in Flocken zugeben und erneut mixen. Den Saft der Zitrone auspressen. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Ingwer und etwas Zitronenabrieb abschmecken. Für die Vichy-Karotten die Karotten schälen, halbieren und in grobe Stifte schneiden. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herauskratzen. In einer Pfanne die Butter mit etwas Zucker und Salz aufschäumen, die Karottenstifte, das Vanillemark und die Schote dazugeben und anschwitzen. Mit etwas Mineralwasser aufgießen und zugedeckt zehn Minuten bei kleiner Flamme sanft dünsten bis sich die Flüssigkeit dicklich

bindet und die Karotten bissfest sind. Dabei von Zeit zu Zeit immer wieder mit etwas Mineralwasser aufgießen, wenn dieses verkocht ist. Den Saft der Zitrone auspressen. Anschließend die Karotten mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Das Lamm in Tranchen schneiden, mit dem Püree und den Karotten auf Tellern anrichten, mit dem Buttermilchschaum und den Petersilien- und Minzblättern garnieren und anschließend servieren.

Stephan Knoche am 01. Dezember 2014