

Lamm-Lachs, Kräuter-Kruste, Ofenkartoffeln, grüne Bohnen

Für zwei Personen

Für die Lammlachse:

2 Lammlachse á 180 g	2 Zehen Knoblauch	50 g Pankomehl
1 Zweig Rosmarin	2 Zweige Thymian	1 Zweig Majoran
100 g Butter	2 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer		

Für die Sauce:

200 ml Lammfond	1 Schalotte	1 Tomate
50 ml Rotwein	$\frac{1}{2}$ TL Speisestärke	

Für die grünen Bohnen:

250 g grüne Bohnen	1 Zehe Knoblauch	1 Schalotte
4 getrocknete Öl-Tomaten	50 g Butter	Chiliflocken
Salz	Pfeffer	

Für die Ofenkartoffeln:

250 g Drillinge	1 Rosmarinzweig	2 EL Olivenöl
Meersalz		

Den Ofen auf 220 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Für die Kartoffeln Rosmarin zupfen und klein schneiden. Drillinge mit Olivenöl und Meersalz vermengen und ca. 20 Minuten in den Ofen geben.

Für die Bohnen diese putzen und kurz blanchieren. In der Zwischenzeit getrocknete Tomaten schneiden. Knoblauch abziehen und andrücken. Schalotte abziehen und fein schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und blanchierte Bohnen sowie Knoblauch hinzufügen. Scharf anbraten und zum Ende hin die getrockneten Tomaten und Schalotten hinzugeben. Mit Salz und Chiliflocken abschmecken.

Für die Kruste bis auf einen kleinen Rest Rosmarin Thymian und Majoran klein hacken, mit 50 g Butter und Panko zu einer Masse vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die übrigen Kräuter für die Garnitur beiseite stellen.

Für das Fleisch Lammlachse abspülen, trocken tupfen und mögliche Sehnen entfernen. Eine heiße Pfanne mit Öl und restlicher Butter erhitzen. Knoblauch abziehen, ausdrücken und mit einem Zweig Thymian in die Pfanne geben. Von beiden Seiten scharf anbraten – ca. 1 Minute pro Seite. Herausnehmen und in eine feuerfeste Form geben. Die Krustenmasse auf das Fleisch streichen und bei 200 Grad für 10 Minuten in den Ofen geben.

Für die Sauce Schalotten abziehen, würfeln und in die Pfanne mit dem ausgetretenen Braten-saft hineingeben. Tomate in kleine Stücke schneiden, hineingeben und mit Rotwein sowie Fond ablöschen – reduzieren lassen und mit Speisestärke abbinden.

Lammlachs mit Kräuterkruste, Ofenkartoffeln und grünen Bohnen auf Tellern anrichten, mit Kräutern garnieren und servieren.

Jan-Pit Peter am 05. September 2016