

Lamm-Kotelett mit Rote-Bete-Couscous, Erbsen-Schaum

Für zwei Personen

Für das Lammkotelett:

4 Lammkoteletts à 100 g	1 Zehe Knoblauch	1 EL Butterschmalz
1 Zweig Rosmarin	Salz	bunter Pfeffer

Für den Couscous:

200 g Couscous	1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch
$\frac{1}{2}$ Zitrone (Saft)	200 ml Rote-Bete-Saft	2 EL Olivenöl
$\frac{1}{2}$ TL Ras-el-Hanout	Salz	bunter Pfeffer

Für den Erbsenschaum:

1 Schalotte	1 Zehe Knoblauch	300 g Erbsen
1 Zitrone (Saft)	1 EL Butterschmalz	200 ml Sahne
80 ml weißer Portwein	400 ml Geflügelfond	Salz, bunter Pfeffer

Für die Garnitur:

100 g Erbsen	100 g Zuckerschoten	Olivenöl
--------------	---------------------	----------

Für das Lammkotelett:

Den Ofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Koteletts waschen und trocken tupfen. Knoblauch ausdrücken. Pfanne salzen, Butterschmalz, Knoblauch und Rosmarin darin erhitzen, Koteletts dazugeben und von allen Seiten scharf anbraten. Mit Pfeffer würzen und im Ofen warm stellen.

Für den Couscous:

Die Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Öl in einem Topf erhitzen, Schalotte und Knoblauch darin anschwitzen und mit Zitronensaft ablöschen. Mit Rote-Beete-Saft begießen und aufkochen lassen.

Meerrettich unterrühren, Couscous hinzugeben und auf niedrigster Stufe unter gelegentlichem Rühren ziehen lassen. Bratenfett vom Lamm hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Erbsenschaum:

Die Schalotte und Knoblauch abziehen und klein schneiden.

Butterschmalz in einem Topf erhitzen und Schalotte und Knoblauch darin anschwitzen. Mit Portwein ablöschen und verdunsten lassen. Mit Fond aufgießen, Erbsen hinzugeben und garen lassen. Mit einem Stabmixer pürieren und durch ein Sieb passieren. Sud mit 100 ml Sahne hinzugießen und köcheln lassen. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Restliche Sahne aufschlagen und kurz vor dem Anrichten untermixen.

Für die Garnitur:

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und Erbsen und Zuckerschoten darin anschwitzen. Die Lammkoteletts und Couscous auf Tellern anrichten, Erbsenschaum darüber geben, mit Erbsen und Zuckerschoten garnieren und servieren.

Daniel Dannenberg am 17. August 2017