

Lamm-Rücken mit Senf-Kruste, Bohnen-Tomaten-Gemüse

Für zwei Personen

Für die Kartoffeln:

200 g Kartoffeln Salz

Für die Petersilien-Senf-Kruste:

3 TL Dijon-Senf 1 Bund glatte Petersilie 1 Knoblauchzehe

250 g Paniermehl 100 g Butter Salz, Pfeffer

Für den Lammrücken:

200 g Lammrücken 1 Knoblauchzehe 1 Zweig frischer Thymian

1 Zweig frischer Rosmarin Butterschmalz Salz, Pfeffer

Für die Bohnen-Tomaten-Gemüse:

200 g Stangenbohnen 8 Kirschtomaten 1 rote Zwiebel

1 Bund Bohnenkraut Salz Pfeffer

Für die Kartoffeln:

Die Kartoffeln schälen und Salzwasser in einem Topf zum kochen bringen. Kartoffeln im Salzwasser garen und herausnehmen.

Für die Petersilien-Senf-Kruste:

Den Ofen auf 160 Grad Umluft vorheizen. Petersilie abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Knoblauch abziehen und fein hacken. Butter schaumig rühren und Petersilie, Paniermehl, Knoblauch und Senf hinzugeben. Mit einander vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Lammrücken:

Den Lammrücken waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch mit dem Messerrücken andrücken. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch, Thymian und Rosmarin dazugeben und Fleisch von allen Seiten scharf anbraten. Lammrücken herausnehmen und in eine ofenfeste Form geben. Das Fleisch mit Petersilien-Senf-Masse bestreichen und auf unterer Schiene ca. 10 Minuten garen. Den Ofen auf 200 Grad Grillfunktion umstellen und Lammrücken kurz gratinieren lassen. Fleisch aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen.

Für die Bohnen-Tomaten-Gemüse:

Die Stangenbohnen von den Enden befreien. Salzwasser in einem Topf erhitzen, 3 Zweige Bohnenkraut hinzugeben und kurz blanchieren. Herausnehmen und in Eiswasser abschrecken. Zwiebel abziehen und fein hacken. Restliche Bohnenkraut abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Tomaten kreuzförmig einritzen und Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Tomaten darin blanchieren, herausnehmen und Tomaten enthäuten. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Bohnen zusammen mit Zwiebel anschwitzen. Bohnenkraut, Salz und Pfeffer hinzugeben und kurz weitergaren lassen. Kurz vor dem Servieren Tomaten hinzugeben und durch schwenken. Den Lammrücken mit Petersilien-Senf-Kruste mit Bohnen-Tomaten-Gemüse und Kartoffeln auf Tellern anrichten und servieren.

Kai Schwarz am 12. Dezember 2017