

# Gebratener Lamm-Rücken mit Süßkartoffel-Püree, Weißkohl

## Für zwei Personen

### Für das Fleisch:

1 Lammrücken	2 Knoblauchzehen	Pflanzenöl
1 EL Butter	Salz	Pfeffer

### Für die Süßkartoffeln:

5 Süßkartoffeln (ca. 400-500 g)	300 ml Sahne	3 EL Butter
1 Muskatnuss	750 ml Milch (3,5% Fett)	1 Zweig Rosmarin
Salz	Pfeffer	

### Für den Weißkohl:

1 Kopf Weißkraut	3 EL Butter	1 TL brauner Zucker
Salz	Pfeffer	

### Für die Brösel:

100 g Panko-Semmelbrösel	1 EL ganzer Kümmel	2 EL Butter
--------------------------	--------------------	-------------

### Für den Jus:

1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen	200 ml Lammfond
3 EL Butter	1 TL Puderzucker	Salz, Pfeffer

### Für die Garnitur:

6 Zweige frische Minze	200 ml Sahne
1 Zwiebel	Salz, Pfeffer

**Für das Fleisch:** Den Ofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Knoblauch abziehen und andrücken. Lamm mit Salz und Pfeffer würzen und bei großer Hitze scharf in der Pfanne mit Öl anbraten. Nach dem ersten Wenden, die Hitze vom Herd nehmen und nach ca. einer Minute Butter, Thymian und Knoblauch zum Aromatisieren zugeben. Im Ofen auf eine Kerntemperatur von ca. 50 Grad fertig garen. Vor dem Servieren 1 Minute ruhen lassen.

**Für die Süßkartoffeln:** Süßkartoffeln schälen und in Stücke schneiden. In etwas Sahne und Milch weich kochen. Wenn die Süßkartoffeln weich sind in einer Keksdose räuchern. Dafür etwa 200 g Buchen-Sägespäne auf dem Dosenboden geben und die Kartoffeln auf einem Gitter oben auf legen. Den Herd bei mittlerer Hitze etwa 3 Minuten anschalten. Den Deckel der Keksdose schließen und die gekochten Kartoffeln etwas anröchern. Nach dem Räuchern mit dem Stabmixer pürieren und mit Butter, Muskat und Salz, Pfeffer abschmecken.

**Für den Weißkohl:** Butter in einer Pfanne erhitzen. Krautkopf halbieren und in der Nussbut-ter ausbraten. Mit braunem Zucker bestreuen und mit einem Flambierer abflämmen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Für die Brösel:** Etwas Kümmel und Butter in einer Pfanne schmelzen und die Panko- Brösel knusprig ausbacken.

### Für den Jus:

Zwiebel und Knoblauch abziehen und kleinschneiden. In der Pfanne für das Fleisch etwas Puder- zucker karamellisieren lassen und die Zwiebeln und den Knoblauch anbraten. Mit dem Lammfond ablöschen und den Jus einreduzieren. Vor dem Servieren etwas kalte Butter für die Bindung ein- rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für die Garnitur:** Minze abbrausen und trockenwedeln. Blättchen abzupfen und als Garnitur verwenden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und feinschneiden. In einer Pfanne anbraten, Sah- ne, Salz und Zucker dazugeben und köcheln lassen. Mit einem Stabmixer aufschäumen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Christoph Kist am 11. November 2019