

# Lamm-Karree mit Aprikosen-Soße, Zuckerschoten und Reis

## Für zwei Personen

### Für das Fleisch:

1 Lammkarree, ca. 800 g	2 Knoblauchzehen	2 Zweige Rosmarin
2 Zweige Thymian	Butterschmalz	

### Für den Reis:

200 g Basmati-Reis	50 g Mandelblättchen	1 EL Granatapfelkerne
1 EL Sesamkörner	1 TL Kurkuma	1 TL gemahl. Sternanispulver
1 TL gemahl. Kardamom	2 Gewürznelken	50 g Butter
1 Prise Safran	1 TL Zimt	Salz

### Für die Sauce:

1 Chilischote	1 Zitrone	1 Orange
200 g Aprikosen	3 EL Honig	250 ml Lammfond
100 ml Weißwein	3 Blätter Minze	Basilikum
3 EL brauner Zucker	Salz	Pfeffer

<b>Für die Zuckerschoten:</b>	200 g Zuckerschoten	Butter
-------------------------------	---------------------	--------

### Für die Garnitur:

50 g Cashewnusskerne	50 g Pistazien	1 EL weißer Sesam
----------------------	----------------	-------------------

**Für das Fleisch:** Den Ofen auf 190 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Knoblauch abziehen und andrücken. Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Fleisch waschen, trockentupfen und in einer Pfanne mit Knoblauch scharf anbraten. Fleisch aufs Backblech legen und Thymian und Rosmarin dazu geben. Alles für 20-22 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben.

**Für den Reis:** Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Reis mit Kurkuma im Salzwasser kochen, bis er gar und das Wasser ganz verschwunden ist. Mandeln in einer Pfanne mit etwas Butter rösten und beiseitestellen. Reis mit Sesamkörnern, Sternanis, Kardamom, Gewürznelken, Safran und Zimt mischen und die Butter unterheben. Reis im Topf anschließend etwas anbraten, sodass sich am Boden eine goldgelb-braune Kruste bildet. Danach stürzen und mit Granatapfelkernen und Mandelblättchen garnieren.

**Für die Sauce:** Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Zitrone und Orange waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Minze und Basilikum abbrausen, trockenwedeln und hacken. Chili der Länge nach aufschneiden, von Kernen und Scheidewänden befreien und hacken. Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen. Aprikosen vierteln und dazu geben. Mit Fond und Weißwein ablöschen. Chili, Zitronensaft, Honig, Salz und Pfeffer dazu geben und reduzieren. Abrieb der Zitrone und der Orange dazugeben. Gegebenenfalls mit etwas Orangensaft abschmecken. Zum Schluss Minze und Basilikum darüber geben.

### Für die Zuckerschoten:

Zuckerschoten kurz blanchieren und kurz in Butter schwenken.

**Für die Garnitur:** Gehackte Pistazien, Sesam und Cashewnusskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Je nach Geschmack Cashewnusskerne, Sesam oder/ und Pistazien auf dem Teller verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Mike Kießling am 08. Februar 2021