

Gefüllte Gemüse-Zwiebel mit Lamm-Hack

Für 2 Personen

2 große Gemüsezwiebeln	Salz, Pfeffer	4 EL Olivenöl
1 Brötchen	50 ml Milch	1 rote Paprika
1 Peperoni	2 EL Pinienkerne	4 Zweig Thymian
250 g Lammhackfleisch	100 ml Gemüsebrühe	1 Schalotte
60 g weiße Trauben, kernlos	1 TL Speisestärke	200 ml Fleischbrühe

Den Backofen auf 200 Grad Ober-Unterhitze (Umluft 180 Grad, Gas Stufe 3-4) vorheizen. Die großen Gemüsezwiebeln vorsichtig schälen, ohne die darunter liegenden Zwiebelschichten einzuschneiden. Die Wurzel so abschneiden, dass die Zwiebel nicht auseinander fällt. Je eine Zwiebel auf ein Stück Alufolie setzen, salzen, pfeffern, etwas einölen, in die Folie packen und im vorgeheizten Ofen ca. 30 Minuten garen. Zwiebeln aus dem Ofen nehmen, auspacken, einen Deckel abschneiden und mit einem Parisien-Ausstecher die Zwiebeln aushöhlen. Die Hälfte des ausgehöhlten Zwiebelfleisches klein hacken. Das Brötchen in dünne Scheiben schneiden, die Milch erwärmen und über die Brotscheiben gießen. Paprika und Peperoni halbieren, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die gehackten Zwiebeln, Paprika und Peperoni anschwitzen. Zuletzt die Pinienkerne zugeben. Vom Thymian die Blättchen abzupfen. Hackfleisch mit Ei, eingeweichtem Brot, Thymian und dem angeschwitzten Gemüse gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse in die ausgehöhlten Zwiebeln füllen. Eine Auflaufform ausfetten, etwas Gemüsebrühe angießen und die Zwiebeln hineinsetzen, ca. 45 Minuten im vorgeheizten Ofen garen. Dabei immer wieder mit etwas Brühe begießen. (Wenn die Zwiebeln zu dunkel werden, deckt man sie mit Alufolie ab.) (Wenn von der Füllung etwas übrig bleibt, kann man daraus kleine Kugeln formen und mit in die Auflaufform legen.) In der Zwischenzeit eine Schalotte schälen und fein schneiden. Die Trauben waschen, abtropfen lassen und von den Stielen zupfen. Stärke mit 1 EL Fleischbrühe anrühren. Schalotten in einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, die Trauben zugeben und mit Fleischbrühe ablöschen. Kurz köcheln lassen, angerührte Stärke zugeben und die Soße damit binden. Mit Pfeffer würzen. Die Zwiebeln aus dem Ofen holen und auf Tellern anrichten. Den ausgetreten Saft aus der Auflaufform unter die Soße mischen und diese zu den Zwiebeln reichen.

Vincent Klink Mittwoch, 01. September 2010