

Tunesisches Lamm-Hackfleisch mit Blumenkohl arabisch

Für zwei Personen

Für das Lamm:

200 g Lammhackfleisch	1 rote Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Ei	100 ml Fleischfond	2 EL Senf
2 EL Harissa-Paste	2 EL Paniermehl	2 Zweige Thymian
Chili	Salz	Pfeffer

Für den Blumenkohl:

150 g Blumenkohlröschen	1 rote Zwiebel	1 Zitrone
100 g geröst. Mandelblättchen	2 EL Butter	2 EL Olivenöl
2 TL Ras-el-Hanout	2 Zweige Minze	Muskatnuss, Salz

Für das Lamm:

Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und reiben.

Ei trennen und dabei das Eigelb auffangen. Thymian abbrausen, trockenwedeln und Blättchen abzupfen. Blättchen fein hacken.

Lammhackfleisch mit gewürfelten Zwiebeln, Knoblauch, Thymian, Eigelb, 1 Esslöffel Harissa, Senf und Paniermehl vermengen und eine Frikadellen-Masse herstellen. Mit Salz, Pfeffer und Chili pikant abschmecken und zu kleinen Bällchen formen. In Olivenöl von allen Seiten zart und saftig braten. Anschließend restliche Harissa-Paste in die Pfanne geben, mit Fond ablöschen. Pfanne mit einem Deckel schließen und Bällchen schmoren lassen.

Für den Blumenkohl:

Blumenkohlröschen in Salzwasser blanchieren, aus dem Wasser nehmen, abschrecken und abtropfen lassen. Zwiebel abziehen und klein schneiden. Blumenkohlröschen und Zwiebel in Olivenöl sanft braten. Mit Salz und Muskat würzen. Nach ca. 5 Minuten Bratzeit die Butter hinzugeben und braun werden lassen. Zitrone auspressen und den Saft in die Pfanne geben.

Minze abbrausen, trockenwedeln und hacken. Mandelblättchen hacken.

Minze und Mandelblättchen zum Blumenkohl in die Pfanne geben und gut schwenken. Alles mit Ras el-Hanout würzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Mario Kotaska am 23. Oktober 2020