

Pochierte Lamm-Schulter mit Gemüse

Für 2 Personen

1 Lammschulter (600 g)	Salz	1 Zwiebel
2 Möhren	1/4 Sellerieknolle	1 Lorbeerblatt
2 Zweige Thymian	1 Stängel glatte Petersilie	1-2 Möhren
1 Kohlrabi	1 Schalotte	5 EL Olivenöl
100 ml Gemüsebrühe	Pfeffer	3 Frühlingszwiebeln
1 TL Dijon-Senf	1EL Zitronensaft	1 EL Weißwein

Lammschulter ins kochende, leicht gesalzene Wasser geben, 30 Minuten bei geringer Hitze kochen. Zwiebel schälen und grob würfeln. Möhren und Sellerie schälen, eine Möhre und Sellerie grob würfeln. Gemüsegewürfel mit Lorbeerblatt und den Kräutern zugeben. Alles noch ca. 1 Stunde weiter köcheln. Das Fleisch ist gar, wenn man eine Spießgabel leicht einstecken und leicht wieder herausziehen kann. Kohlrabi schälen, in Würfel schneiden. Übrige Möhre ebenfalls würfeln. Schalotte schälen und fein schneiden. Diese einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl anschwitzen, Gemüse zugeben und kurz anbraten, Gemüsebrühe angießen und einige Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Frühlingszwiebeln putzen und fein schneiden. Senf mit 4 EL Olivenöl, Zitronensaft und Weißwein zu einer Vinaigrette mischen, Frühlingszwiebeln untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Fleisch in Scheiben schneiden, auf Teller geben, Vinaigrette angießen und Gemüse dazu anrichten.

Vincent Klink Mittwoch, 19. März 2008