

Lamm-Rücken mit Kräuter-Salat und Sauerampfer-Püree

Für 2 Personen

Für den Lammrücken:

250 g Lammrücken 1 Knoblauchzehe Salz, Pfeffer, Olivenöl

Für das Dressing:

1 EL Estragonessig 1 TL Estragonsenf 3 EL Olivenöl
1 Spritzer Worcestershiresauce Salz, Zucker, Pfeffer 1 Zweig Zitronenthymian
Saft von 1 Zitrone

Für das Olivendressing:

30 g schwarze Oliven $\frac{1}{2}$ EL geschnittener Rosmarin 1 Spritzer Zitronensaft
3 EL Olivenöl Meersalz, Pfeffer

Für das Sauerampferpüree:

60 g Sauerampfer 1 Knoblauchzehe 1 TL Meerrettich
1 EL Honig 125 g Crème-fraîche 1 Spritzer Estragonessig
3 EL Olivenöl 1 Spritzer Tabasco Salz

Für den Kräutersalat:

1 Bund Brunnenkresse 1 Kopf Kopfsalat 10 Blatt Melisse
1 Bund Schnittlauch 8 Blätter Sauerampfer 12 Stück Löwenzahn
1 Bund Kerbel 10 Spinatblätter 1 Salatgurke
30 g schwarze Oliven 30 g Kapern

Backofen auf 180 Grad (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Lammrücken abtupfen, parieren und eine dünne Fettschicht auf dem Fleisch lassen. Knoblauch schälen und andrücken. Lammrücken salzen, pfeffern. In einer ofenfesten Pfanne in 1 EL Olivenöl, mit der Knoblauchzehe, zunächst mit der Fettseite nach unten anbraten, wenden und ebenfalls anbraten. Danach ca. 6-8 Minuten im Backofen braten – das Fleisch sollte innen noch rosa sein. Ofen auf 70 Grad herunterschalten. Das Fleisch weitere ca. 10 Minuten ruhen lassen. Für das Dressing Zitronenthymian abspülen, trockenschütteln und die Blättchen abzupfen. Blättchen fein schneiden. Thymianblättchen mit Essig, Senf, Öl, Worcestershiresauce, Salz, Zucker, Pfeffer und Zitronensaft verrühren. Abdecken und beiseite stellen. Für die Olivenmarinade Oliven halbieren, entkernen und fein würfeln. Mit Rosmarin, Zitronensaft, Öl, Salz und Pfeffer verrühren. Für das Sauerampferpüree Sauerampfer abspülen, trockenschütteln und fein schneiden. Knoblauch schälen und grob hacken. Sauerampfer, Knoblauch, Meerrettich, Honig, Crème-fraîche, Essig, Öl, Tabasco und Salz pürieren. Für den Salat Brunnenkresse, Kopfsalat, Melisse, Sauerampfer, Löwenzahn, Kerbel und Spinat putzen, waschen, trockenschütteln und alles miteinander mischen. Salatgurke, waschen, trockenreiben, schälen, halbieren, entkernen. Gurke in feine Würfel schneiden. Oliven halbieren. Vorbereitete Salatzutaten mit Oliven, kapern und Gurke mischen. Kurz vor dem Anrichten den Lammrücken aus dem Backofen nehmen und erneut auf der Fettseite knusprig braten. Lammrücken in zwei Portionen schneiden und würzen. Mit Sauerampferpüree, Lammrücken, Olivenmarinade und Salat anrichten und servieren.

Jörg Sackmann am 11. Juni 2013