

Lamm-Ragout mit Rosenkohl und Graupen-Risotto

Für 4 Personen

750 g Lammrücken	Salz, Pfeffer	5 Zwiebeln
2 Knoblauchzehe	2 EL Olivenöl	250 ml Rotwein
250 ml Lammfond	1 Rosmarinzweig	1/2 Bund Thymian
1 EL Tomatenmark	3 EL Butter	200 g Perlgraupen
1 Lorbeerblatt	600 ml Gemüsebrühe	10 Champignons
1 Bund glatte Petersilie	400 g Rosenkohl	30 g Butter
Muskatnuss		

Lammrücken abtupfen, in 1 cm große Würfel schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. 4 Zwiebeln und 1 Knoblauchzehe schälen und fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Das darin ca. 4 Minuten rundum anbraten. Zwiebeln, Knoblauch und die Kräuter zugeben und alles braun anschmoren. Tomatenmark unterrühren. Mit Rotwein ablöschen und aufkochen lassen. Anschließend bei geschlossenem Deckel ca. 40 Minuten schmoren. Für das Risotto übrige Zwiebel und Knoblauch schälen, Zwiebel fein würfeln. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen. Die Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Graupen zugeben und ebenfalls kurz schmoren. Lorbeerblatt und etwas Salz hinzufügen. Mit Brühe ablöschen und unter die Graupen rühren. Nach und nach immer wieder etwas Brühe unter Rühren zugeben, bis die Graupen weich sind. Champignons würfeln und in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Pilze und Petersilie unter den Risotto mischen und abschmecken. In der Zwischenzeit Rosenkohl putzen, die äußeren gelben Blätter entfernen und am Strunkende kreuzweise einschneiden. In Kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten blanchieren. Herausnehmen und in Eiswasser tauchen. Rosenkohl abtropfen lassen. Übrige Butter in einer Pfanne erhitzen. Rosenkohl darin ca. 10 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Lammragout abschmecken und mit Rosenkohl und Risotto servieren.

Vincent Klink am 23. Januar 2014