

# Lamm-Rücken auf Dill-Bohnen, gebratene Kartoffel-Würfel

## Für 2 Personen

250 g Lammrückenfilets	2 Kartoffeln, fest	1 Zehe Knoblauch
1 Ingwer	1 Zitrone, unbehandelt	1 Schote Vanille
100 g Bohnen, weiß	100 g Bohnen, grün	100 g Bohnen, breit
30 ml Gemüsefond	20 g Butter	2 Zweige Dill, frisch
6 EL Olivenöl, mild	Salz	Chili, mild, gemahlen
Chilisalز, mild	Pfeffer, schwarz	

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Den Lammrücken waschen, trocken tupfen und bei mittlerer Hitze in einer Pfanne mit drei Esslöffeln Olivenöl rundherum anbräunen. Anschließend in den Backofen geben und in 25 bis 30 Minuten rosa durchziehen lassen. Von der Zitronenschale einen Streifen abschneiden. Die Vanilleschote halbieren und eine Hälfte davon auskratzen. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Den Ingwer schälen und zwei Scheiben davon abschneiden. In einer Pfanne das restliche Olivenöl mit der Hälfte des Knoblauchs, einer Ingwerscheibe, der Zitronenschale und dem Vanillemark erwärmen und mit Chilisalز würzen. Den Lammrücken darin wenden und anschließend schräg in breite Tranchen schneiden. Die weißen Bohnen auf einem Sieb unter fließend kaltem Wasser abbrausen und abtropfen lassen. Die breiten Bohnen putzen und schräg in etwa zwei Zentimeter lange Stücke schneiden, die feinen Bohnen putzen und halbieren. Die breiten und feinen Bohnen nacheinander in starkem Salzwasser fast weich blanchieren, in kaltem Wasser abschrecken und auf einem Sieb abtropfen lassen. Den Dill klein hacken. In einem kleinen Topf den Fond mit allen drei Bohnensorten, dem restlichen Knoblauch, einer Scheibe Ingwer und Zitronenschale erhitzen. Zehn Gramm Butter hinein schmelzen lassen, mit Salz, Pfeffer und Chili würzen und zuletzt den Dill hinzufügen. Den Knoblauch, Ingwer und Zitronenschale anschließend entfernen. Die Kartoffeln schälen, in ein Zentimeter große Würfel schneiden und im Salzwasser fünf Minuten kochen, in einem Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. Anschließend in einer beschichteten Pfanne die restliche Butter bräunen und die Kartoffeln darin goldbraun anbraten und mit Chilisalز würzen. Die Bohnen auf warmen Tellern verteilen, die Lammrückenscheiben darauf legen, die gewürzte Butter darüber träufeln und die Kartoffelwürfel außen herum streuen.

Alfons Schuhbeck am 02. Oktober 2009