

# Lamm-Rücken, Paprika-Chorizo-Fumet, Poweraden, Minz-Salat

## Für zwei Personen

### Für das Lamm:

400 g Lammrücken	4 Kirschtomaten	2 Knoblauchzehen
4 Zweige Thymian	1 EL Butter	100 ml Pflanzenöl
Meersalzflocken	Pfeffer	

### Für die Fumet:

150 g Chorizowurst	3 rote Paprika	10 Kirschtomaten
6 Schalotten	1 Peperoni	3 EL Tomatenmark
100 ml Weißwein	200 ml heller Lammfond	100 ml Olivenöl
Speisestärke	Salz	Pfeffer

### Für die Poveraden:

4 kl. Baby-Artischocken	2 EL Taggiasca Oliven	1 Knoblauchzehe
1 EL alter Balsamico	Ascorbinsäure	$\frac{1}{2}$ TL Zucker
2 EL Olivenöl	Salz	

### Für den Minzsalat:

Fencheln, mit Grün	1 Zitrone	2 Schalen Mini Basilikum
4 Zweige Minze	4 Zweige Dill	4 Zweige Melisse
2 EL Reissessig	40 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

**Für das Lamm:** Den Ofen auf 120 Grad Heißluft vorheizen. Knoblauch andrücken. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Lammrücken waschen und trockentupfen. Fettdeckel des Lammrückens kreuzförmig einschneiden und mit Salz und Pfeffer würzen.

Lammrücken von allen Seiten in Öl anbraten und im heißen Ofen für 8-10 Minuten garen. Anschließend in der Pfanne mit Thymianzweigen, Butter und Knoblauchzehe arosieren. Tomaten waschen, trockentupfen, vierteln und dazugeben. Noch einmal mit Butter nachbraten.

**Für die Fumet:** Paprika waschen, trockentupfen, vierteln, entkernen, von Scheidewänden befreien und würfeln. Chorizo ebenfalls würfeln. Schalotten abziehen und in Scheiben schneiden. Kirschtomaten waschen, trockentupfen und halbieren. Peperoni halbieren, entkernen und grob würfeln. Chorizo zusammen mit den Paprika- und Tomatenwürfeln, Peperonistücken und Schalottenscheiben in Olivenöl und Tomatenmark anschwitzen und mit Weißwein ablöschen. Fond zugeben und weich dünsten. Fein pürieren, passieren und Sauce mit Olivenöl aufmixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und evtl. etwas mit Speisestärke binden.

**Für die Poveraden:** Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Knoblauch abziehen und halbieren. Poveraden putzen und in Salzwasser blanchieren. Danach halbieren und in Olivenöl anbraten. Oliven kurz blanchieren und zusammen mit der halben Knoblauchzehe, Ascorbinsäure, Balsamico, Zucker, Salz und etwas Olivenöl fein pürieren.

Die halben Poveraden damit füllen.

**Für den Minzsalat:** Minze, Basilikum, Dill und Melisse abbrausen, trockenwedeln und zerhacken. Fenchelgrün vom Fenchel trennen, abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Essig und Olivenöl verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Zitrone waschen, trockentupfen, Schale abreiben, halbieren, auspressen und Saft auffangen. Etwas Abrieb und Saft der Zitrone zugeben und die Kräuter und das Fenchelgrün damit marinieren.

Den Lammrücken aufschneiden und mit Meersalz würzen. Die gefüllten Poveraden dazugeben und darauf den Minzsalat setzen. Mit der Paprika-Chorizo-Fumet umkränzen und servieren.

Christoph Ruffer am 26. März 2020