

Gewürfelter Lamm-Rücken mit Ratatouille

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

250-300 g Lammlachs	Lammgewürz	Chilisalz
Öl	Olivenöl	Salz , Pfeffer

Für das Ratatouille:

Ca. 75 g Zucchini	Ca. 50 g Aubergine	$\frac{1}{2}$ rote Paprikaschote
$\frac{1}{2}$ gelbe Paprikaschote	100 g passierte Tomaten	75 g stückige Tomaten
1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe	3 cm Ingwer
175 ml Gemüsefond	1 Zweig Rosmarin	1 Prise Zucker
Öl	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für das Fleisch:

Den Lammrücken in etwa 1,5 cm große Würfel schneiden. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Lammwürfel darin einige Minuten rosa braten. Die Pfanne vom Herd nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Olivenöl beträufeln.

Nehmen Sie das Fleisch 20 Minuten bevor Sie es verarbeiten aus dem Kühlschrank. Braten Sie es dann nicht ganz heiß, sondern nur auf mittlerer Hitze an, um das perfekte Ergebnis zu erhalten.

Für das Ratatouille:

Zwiebel abziehen und in Würfel schneiden. Aubergine waschen und in $\frac{1}{2}$ bis 1 cm große Würfel schneiden. Paprikaschoten von Scheidewänden und Kernen befreien, waschen und in etwa 0,5 bis 1 cm große Stücke schneiden. Zucchini putzen, waschen, längs vierteln, den weichen inneren Anteil entfernen und den festen Anteil in 0,5 bis 1 cm große Würfel schneiden. Aubergine, Zwiebel und Paprika in etwas Öl bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten dünsten. Knoblauch abziehen. Knoblauch und Ingwer in Scheiden schneiden und zu dem Gemüse in die Pfanne geben. Die stückigen und passierten Tomaten und Gemüsefond dazugeben. Dann die Zucchini-scheiben dazugeben und alles weitere 4 Minuten dünsten.

Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und feinhacken. Rosmarin hinzufügen. Mit Zucker, Salz, Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren etwas Olivenöl unterheben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alfons Schuhbeck am 19. November 2021