

Lamm-Keulen-Frikadellen auf lauwarmem Bohnen-Salat

Für 4 Personen

1 Brötchen, altbacken	100 ml Milch	100 g Speckscheiben
3 Schalotten	2 Zehen Knoblauch	25 g Butter
500 g Lammfleisch, frisch	1 Ei (Kl. M)	1 TL Dijon-Senf
30 g Butterschmalz	1 Bund Thymian	1 Bund Rosmarin
300 g Bohnen, grün	4 Tomatenfilets, getrocknet	150 g Kirschtomaten
20 ml Olivenöl	1 EL Puderzucker	50 ml Gemüsesfond
Salz	Pfeffer	

Das Brötchen entrinden und klein würfeln. Die Milch erwärmen, lauwarm über die Würfel gießen und die Masse zehn Minuten ziehen lassen. Die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die gewürfelten Schalotten sowie den Knoblauch darin andünsten. Anschließend das Ganze etwas abkühlen lassen. Das Lammhackfleisch mit der Zwiebelmischung, dem Ei, Senf und dem eingeweichten Brötchen in eine Schüssel geben, gut vermengen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Hackmasse acht gleichgroße Frikadellen formen, je einen Thymian- und Rosmarinzweig darauf geben und mit einer Speckscheibe umwickeln. Nun die Frikadellen im heißen Butterschmalz, in einer beschichteten Pfanne, bei mittlerer Hitze von beiden Seiten anbraten, die restlichen Thymianzweige zufügen und anschließend die Hitze reduzieren. Danach die Frikadellen sieben Minuten zu Ende garen. Währenddessen in einem Topf ausreichend Wasser zum Kochen bringen. Die Bohnen putzen, waschen und halbieren, in den Topf geben und im kochenden Wasser etwa drei Minuten garen, anschließend abgießen und in Eiswasser abschrecken. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die getrockneten Tomaten würfeln und mit den Bohnen sowie den Kirschtomaten darin anbraten, mit Puderzucker bestäuben und leicht karamellisieren lassen. Anschließend mit dem Gemüsesfond ablöschen und fünf Minuten weiter köcheln lassen. Den Bohnensalat mit Salz und Pfeffer würzen, auf Teller geben und die Lammfrikadellen darauf anrichten. Das Ganze mit einigen Rosmarinzweigen garniert servieren.

Johann Lafer am 02. Oktober 2010