

Lamm-Koteletts mit gefüllten Muschelnudeln

Für 4 Personen:

Zutaten	24 Conchiglioni	300 g Schichtkäse
1 junge Knoblauchknolle	250 g Spinat	50 g Semmelbrösel
100 g geriebener Parmesan	Olivenöl, Salz, Pfeffer	

Für die Soße:

800 g stückige Tomaten	3 Stangen Bleichsellerie	1 junge Knoblauchknolle
3 Stangen Frühlingszwiebeln	Olivenöl	Salz, Pfeffer, Zucker
50 g Semmelbrösel	100 g geriebener Parmesan	

Für die Lammkoteletts:

16 Lammkoteletts	1 Bund Rosmarin	1 Knoblauchknolle
Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Muschelnudeln nach Packungsangabe in Salzwasser kochen, abtropfen lassen. Spinat gut säubern und dickere Stiele entfernen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Spinat wenige Minuten darin garen und zusammenfallen lassen. Flüssigkeit aus dem Spinat drücken und die Masse grob hacken.

Die äußere Haut des frischen Knoblauchs entfernen, dann Stiel und Knolle fein hacken. Wer keinen frischen Knoblauch hat, pellt und hackt die Knoblauchzehen. Schichtkäse mit Spinat und nach Geschmack einem Teil des Knoblauchs vermengen. Etwas Olivenöl hinzufügen und die Masse salzen und pfeffern. Die Nudeln damit füllen, dabei die Masse etwas andrücken.

Für die Soße:

Staudensellerie, Frühlingszwiebeln und Knoblauch putzen und in kleine Stücke schneiden. Dose Tomaten gegebenenfalls stückeln und zerstampfen.

Olivenöl in einer Pfanne oder einem Bräter erhitzen und Sellerie, Frühlingszwiebeln und Knoblauch farblos darin anschwitzen. Tomaten hinzufügen und die Soße mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

Die gefüllten Nudeln auf die Soße setzen und mit Parmesan und Semmelbrösel bestreuen. Ofen auf hohe Temperatur (Oberhitze oder Grillstufe) stellen und die Conchiglioni goldgelb und leicht knusprig überbacken.

Für die Lammkoteletts:

Lammkoteletts lassen sich am besten als Einzelkoteletts (Lamb Chops) zubereiten. Dafür sollte der Metzger ein Rücken-Kotelett-Stück längs zur Wirbelsäule halbieren und die Rippenknochen etwas überstehen lassen. Das nennt man auch Lammkaree. Entlang der Rippen kann man die Karrees nun in Einzelkoteletts schneiden. Lammkoteletts eignen sich auch gut zum Grillen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Lammkoteletts etwas salzen und pfeffern und scharf anbraten. Hitze reduzieren und die Koteletts nur wenige Minuten fertig garen - sie sollten im Kern noch leicht rosa sein. Bei der Zubereitung Kräuter und Knoblauch mit in die Pfanne geben und die Koteletts mehrmals mit dem Bratensud beträufeln.

Vor dem Servieren mit etwas flockigem Meersalz bestreuen und mit den gefüllten Conchiglioni und etwas Tomaten-Soße anrichten.

Rainer Sass am 28. März 2024