

Lamm-Karree auf cremiger Tomaten-Polenta und Zucchini

Für 2 Portionen

1 Lammkarree à ca. 700 g	50 g Polentagrieß	1 Zucchini
3 getr. Öl-Tomatenfilets	1 Knoblauchzehe	1 Schalotte
2 Thymian- und Rosmarinzweige	1 Muskatnuss	$\frac{1}{2}$ Zitrone
300 ml Gemüsebrühe	1 EL Tomatenmark	100 ml Sahne
4 EL Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Lamm mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne im heißen Olivenöl mit den Rosmarin- und Thymianzweigen anbraten. Im Ofen bei 160 Grad zehn Minuten rosa gar ziehen lassen. Polenta und Brühe in einen Topf geben und unter Rühren aufkochen lassen. Fünf Minuten köcheln lassen, Tomatenmark, Sahne und klein gewürfelte Tomatenfilets unterrühren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Zucchini längs halbieren und in kleine Würfel schneiden. Knoblauch und Schalotte abziehen und klein würfeln. Zusammen in einer Pfanne im heißen Olivenöl braun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Zitronensaft beträufeln. Polenta und Zucchini zusammen anrichten, Lamm aufschneiden und auf dem Gemüse servieren.

Steffen Henssler am 23. Mai 2013