

**Kochrezepte
aus Fernsehen oder Internet**

Amateur: Lamm

2021 - 2024

71 Rezepte

¹In diese Form gebracht von Horst Hollatz (<https://hhollatz.de>), akt.: 23. Dezember 2024.

Inhalt

| | |
|---|----|
| Erbsen-Risotto mit gebratenem Lachs-Filet | 1 |
| Lamm-Filet-Würfel mit Topinambur und Sellerie-Stroh | 2 |
| Lamm-Rücken, Preiselbeersoße, Rösti-Zucchini-Türmchen | 3 |
| Lamm-Rücken im Zitronen-Minz-Mantel, Auberginen-Dip | 4 |
| Lamm-Filet gefüllt, Mango-Polenta, Wildkräuter-Salat | 5 |
| Lamm-Filet, Rahm-Soße, Bohnen, Rosmarin-Kartoffeln | 6 |
| Lamm-Filet, Thymian-Soße, Sellerie-Püree, Möhren | 7 |
| Lamm-Rücken mit Zwiebel-Soße, Polenta, Rahm-Mangold | 8 |
| Lamm-Biryani mit Chapati, Joghurt-Minz-Soße | 9 |
| Lamm-Rücken, Bohnen-Gemüse, Sellerie-Rosmarin-Püree | 11 |
| Lamm-Lachs mit Rhabarber, -Ziegenfrischkäse-Creme | 12 |
| Lamm-Filet im Pistazien-Mantel, Schwarzwurzeln | 13 |
| Rübchen-Carpaccio mit Lamm-Lachs, Hummus und Pomelo | 14 |
| Lamm-Karree mit Kaffee-Rub, Kaffee-Trauben-Soße | 15 |
| Teigtaschen mit Lammhack, Zwetschgen-Soße, Aubergine | 17 |
| Lamm-Filet im Tramezzini-Mantel, Rotwein-Soße, Risotto | 19 |
| Lamm-Rücken, Kartoffel-Püree, Fenchel mit Gorgonzola | 20 |
| Kürbis-Ragout mit Lamm, Spinatsalat und Kürbis-Streifen | 21 |
| Lamm-Rücken mit Paprika-Püree, mediterrane Kartoffeln | 22 |
| Arrosticini mit Tramezzini caprese mit Rucola-Pesto | 24 |
| Lamm-Gemüse-Spieße mit Gewürz-Joghurt und Couscous | 25 |
| Lamm-Spieß mit Tsatsiki, grünen Bohnen, Zitronen-Reis | 26 |
| Lamm-Filet, Zucchini, Polenta und Tomaten-Salat | 27 |
| Lamm-Rücken mit Chimichurri, Blumenkohl-Püree, Rösti | 28 |
| Lamm-Rücken mit Taboulé und Minz-Tahini-Joghurt | 29 |

| | |
|---|----|
| Lamm-Lachse im Tramezzini-Mantel, Rotwein-Schoko-Soße | 30 |
| Lamm-Lachse im Tramezzini-Mantel, Rotwein-Schoko-Soße | 30 |
| Lamm-Filet mit Sauerteigbrot-Creme, Kräuter-Frischkäse | 32 |
| Lamm-Filet mit Sauerteigbrot-Creme, Kräuter-Frischkäse | 32 |
| Lamm-Karree mit Pistazien-Kräutermantel, Rotwein-Soße | 34 |
| Lamm-Röllchen mit Gemüse-Füllung, Möhren, Kartoffeln | 35 |
| Lamm-Filet mit Rosenkohl, Kräuterbutter, Gurken-Salat | 36 |
| Lamm und Gemüse im Tontopf, Yufkabrot, Löffel-Salat | 37 |
| Lamm und Gemüse im Tontopf, Yufkabrot, Löffel-Salat | 37 |
| Lamm-Filet mit Bulgur und Kräuter-Joghurt im Salatblatt | 38 |
| Lamm-Karree, Honig-Soße, Bratkartoffeln | 39 |
| Lamm-Rücken auf Orangen-Schoko, Bohnen-Gemüse, Erbsen | 40 |
| Lamm-Filet, Rotwein-Soße, Kartoffel-Püree, Orangen-Gel | 41 |
| Lamm-Karree, Pistazien-Kruste und Spitzkohle | 42 |
| Lamm-Geschnetzelttes, Couscous, Salz-Zitronen-Gremolata | 43 |
| Lamm-Karree mit Pistazien-Kruste, Möhren, grünen Bohnen | 45 |
| Lamm-Kotelett, Rotwein-Reduktion, Couscous, Erbsen-Püree | 46 |
| Lamm-Rücken mit Semmelbrösel-Topping, Ofentomaten | 47 |
| Lamm-Lachs, Rotwein-Soße, Kartoffel-Sellerie-Püree | 48 |
| Lamm-Karree Esterházy mit Rotwein-Soße, Kartoffel-Stampf | 49 |
| Lamm-Karree, Bohnen-Creme, Pistazien-Petersilien-Pesto | 50 |
| Lamm-Filet mit Rotwein-Sud, Aubergine, Safran-Reis | 51 |
| Lamm-Filet mit Tabouleh, Granatapfel-Joghurt, Fladenbrot | 52 |
| Heidschnucken-Rücken im Kräutermantel mit Frisée-Salat | 54 |
| Lamm-Lachs mit Möhren-Püree, Chat-Masala-Kartoffeln | 55 |
| Lamm-Karree mit Kruste, Portwein-Jus, Kartoffel-Stampf | 56 |
| Lammkarree, Kräuter-Kruste, Portwein-Soße, Buschbohnen | 57 |
| Lamm-Karree mit Chimichurri, Pfannenbrot, Joghurt, Möhren | 58 |
| Lamm-Filet mit Beeren-Jus, Pilz-Ravioli, Sellerie-Püree | 60 |
| Lamm-Rücken im Tramezzini-Mantel, Madeira-Reduktion | 61 |
| Lammlachs, Sauce béarnaise, Kartoffel-Gruyère-Dominos | 62 |
| Lamm-Kotelett mit Bulgur-Salat und Pfannenbrot | 64 |

| | |
|---|----|
| Lamm-Filet in Tramezzini, Zwetschgen-Chutney, Gemüse | 65 |
| Lamm-Filet, Tramezzini-Mantel, Minzjoghurt, Lamm-Karree | 66 |
| Lamm-Lachs im Knusper-Mantel mit Feigen-Soße, Sellerie | 68 |
| Merguez, Karotten-Sellerie-Couscous, Joghurt-Minz-Dip | 69 |
| Lammlachs mit Rotwein-Soße, Spargel, Süßkartoffel-Püree | 70 |
| Lamm-Karree mit Kräuter-Kruste, Aubergine im Tomaten-Sugo | 72 |
| Lamm-Lachs mit Rotwein-Soße, Blumisotto und Joghurt | 74 |
| Lamm-Lachs mit Kruste, Kartoffel-Gratin, Ratatouille | 75 |
| Tagliata vom Lamm, Champignons, Rucola-Salat, Kartoffeln | 76 |
| Lamm-Rücken, Senf-Hollandaise und Erbsen-Püree | 77 |
| Lamm-Stielkoteletts mit Kräuter-Pesto und grünem Gemüse | 78 |
| Lammlachs mit Portwein-Zwiebeln, Möhren, Couscous-Salat | 79 |
| Lamm mit warmem Bulgur-Salat und Joghurt-Soße | 81 |
| Lamm-Karree mit Aprikosen-Soße, Zuckerschoten und Reis | 82 |
| Lamm-Lachs mit Zucchini und Cherrytomaten | 83 |
| Lamm-Lachs, Kräuter-Haube, Rotwein-Soße, Möhren, Püree | 84 |
| Lamm-Rücken, Gnocchi, Zuckerschoten, Rotwein-Schalotten | 85 |

Index

86

Erbsen-Risotto mit gebratenem Lachs-Filet

Für zwei Personen

Für das Risotto:

| | | |
|--------------------|-----------------|-------------------|
| 200 g Risotto-Reis | 200 g TK-Erbsen | 1 Zwiebel |
| 1 Knoblauchzehe | 1 Zitrone, Saft | 1 Orange, Saft |
| 50 g Parmesan | 1 EL Butter | 600 ml Gemüsefond |
| 50 ml Weißwein | 1 EL Olivenöl | Salz, Pfeffer |

Für den Lachs:

| | | |
|------------------------|---------------|---------------|
| 200 g Lachs, ohne Haut | 2 EL Olivenöl | Salz, Pfeffer |
|------------------------|---------------|---------------|

Für die Garnitur:

| | | |
|-------------------|------------------|--------------------|
| 1 Zitrone, Abrieb | 1 Orange, Abrieb | 3 Zweige Basilikum |
|-------------------|------------------|--------------------|

Für das Risotto:

Den Fond erhitzen und warmhalten. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Parmesan reiben. Butter und Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Risotto-Reis hinzugeben und kurz mitdünsten. Mit Wein ablöschen und einkochen.

Fond dazugeben, bis der Reis bedeckt ist. Bei mittlerer Hitze unter häufigem Rühren für 15 Minuten garen. Immer wieder etwas Fond zugießen, sobald der Reis die Flüssigkeit fast aufgesogen hat. Erbsen untermischen und 5 Minuten mit garen. 3 EL Zitronensaft auspressen.

Orangensaft auspressen. Parmesan unter das Risotto rühren. Mit Salz, Pfeffer, Orangensaft und Zitronensaft abschmecken. Risotto zugedeckt warmhalten.

Für den Lachs:

Lachs waschen und abtupfen. Salzen und pfeffern. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Lachs rundherum bei mittlerer bis starker Hitze für 5 Minuten braten.

Für die Garnitur:

Lachs auf das Risotto geben. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen. Zitronen- und Orangenschale abreiben und nach Bedarf mit den Basilikumblättern zum Garnieren verwenden.

Nils Herzing am 21. Oktober 2024

Lamm-Filet-Würfel mit Topinambur und Sellerie-Stroh

Für zwei Personen

Für das Lamm:

| | | |
|----------------------|----------------|----------------|
| 2 Lammfilets à 200 g | 2 TL Anissamen | 4 cl Anislikör |
| 5 EL Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für die Topinambur:

| | | |
|------------------|-----------------|--------------------------|
| 500 g Topinambur | 1 Knoblauchzehe | 200 ml Weißwein, trocken |
| Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für das Sellerie-Stroh:

| | |
|-------------------------|----|
| 1 kleine Sellerieknolle | Öl |
|-------------------------|----|

Für die Garnitur:

| | |
|-----------------------|--------------------|
| 2 EL Granatapfelkerne | 1 Zweig Petersilie |
|-----------------------|--------------------|

Für das Lamm:

Das Lammfilet in Würfel schneiden und mit Olivenöl, Salz und Pfeffer in eine kleine Schüssel geben. Anissamen kurz im Mörser zerstoßen und dazugeben. Für ca. 10 Minuten marinieren lassen. Danach Lamm in eine heiße Pfanne geben und scharf anbraten. Hitze reduzieren und noch ca.

2 Minuten weiter braten. Mit Anislikör ablöschen.

Für die Topinambur:

Topinambur schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Knoblauch abziehen und würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch anbraten, dann Topinambur dazugeben und ebenfalls anrösten. Mit Weißwein ablöschen und die Stücke langsam garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Sellerie-Stroh:

Sellerie schälen. Mit einem Hobel feine Streifen von der Sellerieknolle abziehen und diese dann goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Garnitur:

Petersilie hacken. Granatapfel und gehackte Petersilie als Garnitur verwenden.

Anja Kramer am 21. Oktober 2024

Lamm-Rücken, Preiselbeersöße, Rösti-Zucchini-Türmchen

Für zwei Personen

Für das Lamm:

| | | |
|-----------------------------|--------------------|---------------------|
| 1 ausgel. Lammrücken, 200 g | 1 Knoblauchzehe | 100 g Butterschmalz |
| 1-2 Zweige Rosmarin | 1-2 Zweige Thymian | Salz, Pfeffer |

Für das Rösti-Zucchini-Türmchen:

| | | |
|---------------------------|-----------------------|-----------------------|
| 200 g mehligk. Kartoffeln | 1 gelbe Zucchini | 1 grüne Zucchini |
| 1 Zitrone, Abrieb | 2 Eier | 100 g Schmand |
| 100 g Butter | 10 Halme Schnittlauch | 1-2 Zweige Petersilie |
| Öl | Muskatnuss | Salz, Pfeffer |

Für das Salatherz:

| | | |
|-------------|-------------|---------------|
| 1 Salatherz | 50 g Butter | Salz, Pfeffer |
|-------------|-------------|---------------|

Für die Sauce:

| | | |
|--------------------|-------------------------|-------------------|
| 50 g Preiselbeeren | $\frac{1}{2}$ Schalotte | 1-2 Orangen, Saft |
| Butter | 100 ml Rotwein | 150 ml Lammfond |
| Salz | Pfeffer | |

Für das Lamm:

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Knoblauch andrücken. Rosmarin und Thymian zusammenbinden.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch mit Knoblauch, Rosmarin und Thymian ringsherum anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend in den Ofen geben und bis zur Kerntemperatur von 58°C garen.

Für das Rösti-Zucchini-Türmchen:

Kartoffeln schälen, reiben und gut entwässern. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Dann die Eier trennen und die Eigelbe zu den Kartoffeln geben. Kräuter abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und ebenfalls dazugeben. Die Masse gut mischen und kurz ziehen lassen.

Reichlich Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen, Rösti-Pattys formen und knusprig ausbacken. Zucchini waschen. Jeweils eine 1 cm dicke Scheibe abschneiden (am besten aus der Mitte) und diese in einer Grillpfanne rösten. Die Zucchini soll Biss behalten, aber gleichzeitig ein schönes Grillmuster bekommen.

Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Schmand mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronenabrieb vermischen. Ein Türmchen bauen aus dem einen Rösti, der grünen Zucchinischeibe, Schmand, der gelben Zucchinischeibe, Schmand und dem zweiten Rösti.

Für das Salatherz:

Salatherz waschen und trockenschleudern. In zwei Hälften schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Butter in einer Pfanne erhitzen und das Salatherz kurz anbraten, sodass es knackig bleibt.

Für die Sauce:

Butter in einem Topf zerlassen. Schalotte abziehen, sehr fein hacken und zur Butter geben. Glasig braten. Dann mit dem Rotwein ablöschen. Kurz aufkochen lassen und dann den Fond hinzugießen. Einreduzieren lassen.

50 ml Orangensaft auspressen und hinzugeben. Weiterköcheln lassen.

Preiselbeeren dazugeben und kurz mitkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Patrick Sommer am 14. Oktober 2024

Lamm-Rücken im Zitronen-Minz-Mantel, Auberginen-Dip

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

| | | |
|-----------------------|------------------|-------------------------|
| 2 Lammlachse, à 180 g | 2 Knoblauchzehen | 1 Zitrone, Saft, Abrieb |
| 10 Minzblätter | 1 EL grobes Salz | Olivenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Dip:

| | | |
|--------------------------------|-----------------------------|--------------------------|
| 2 Auberginen | 1 Steinpilz | 3 Knoblauchzehen |
| 5 EL milder Naturjoghurt, 3,5% | 3 EL Tahini | ½ Bund glatte Petersilie |
| 1 Zweig Minze | 1 TL geräuch. Paprikapulver | 1 TL Knoblauchpulver |
| 1 TL Kurkuma | ½ TL gemahl. Kreuzkümmel | Salz |

Für die Kartoffeln:

| | | |
|---------------------------|-------------------|------------------|
| 3 große festk. Kartoffeln | 3 Knoblauchzehen | 100 g Butter |
| 200 ml Gemüsefond | 4 Zweige Rosmarin | 2 Zweige Thymian |
| Rapsöl | | |

Für das Fleisch:

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lamm ungewürzt in einer Pfanne scharf anbraten bis es Farbe bekommt.

Aus der Pfanne nehmen, in Alufolie wickeln und ruhen lassen.

Minze hacken. Zitronenschale abreiben. Zitrone halbieren, auspressen und für den Dip nutzen. Knoblauch abziehen und hacken. Minze, Zitronenabrieb und Knoblauch vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Lamm darin wälzen und in einer Pfanne in Olivenöl schwenken.

Mit grobem Salz bestreuen.

Für den Dip:

Auberginen in Scheiben schneiden. Steinpilz putzen. Wenn es keine frischen Steinpilze gibt, getrocknete Steinpilze in Wasser einlegen und wenn sie weich sind, klein schneiden. Knoblauch abziehen. Auberginen, Steinpilz und Knoblauch auf ein Backblech geben und in den Ofen geben, bis alles knusprig ist. Anschließend in einem Mixer pürieren.

Petersilie, Tahini, Zitronensaft, zwei Minzblätter, Joghurt und Salz hinzufügen und cremig mixen. Dip mit Paprikapulver, Kurkuma, Kreuzkümmel und Knoblauchpulver abschmecken.

Für die Kartoffeln:

Kartoffeln mit einem Ausstechring rund ausstechen. Je nach Größe in etwa daumendicke Scheiben schneiden und die Ecken ggf. nochmal abrunden. In Rapsöl goldbraun braten. Butter in die Pfanne hinzufügen.

Knoblauch abziehen und mit Rosmarin und Thymian in die Pfanne geben. Fond hinzufügen. Die Kartoffelmedaillons köcheln lassen.

Dennis Aseev am 02. September 2024

Lamm-Filet gefüllt, Mango-Polenta, Wildkräuter-Salat

Für zwei Personen

Für die Marinade:

| | | |
|----------------------|----------------------|------------------|
| 2 Knoblauchzehen | 4-5 cm Ingwer | 2 Zitronen, Saft |
| 10 Blätter Basilikum | 2 EL dunkles Sesamöl | 2 Prisen Pfeffer |
| 2 Prisen Salz | | |

Für das Fleisch:

| | | |
|----------------------|-----------------------------|------------------------|
| 2 Lammfilets à 100 g | 1-2 große, rote Chilischote | 6-10 Blätter Basilikum |
| Olivenöl | | |

Für die Polenta:

| | | |
|-----------------------|------------------------|------------------|
| 100 g Instant-Polenta | 1-2 kleine Chilischote | 1 reife Mango |
| 1 Zitrone, Saft | 100-150 ml Kokosmilch | Gemüsefond |
| 1 EL Fischsauce | 1 TL Marinade, s.o. | 1 EL Sushi-Essig |
| 2 EL Sonnenblumenöl | | |

Für den Salat:

| | | |
|-----------------------|------------------|-----------------|
| 50 g Wildkräutersalat | 3 Kumquats | 1 Zitrone, Saft |
| 2 Spritzer Fischsauce | 2 EL Sushi-Essig | 2 EL Sesamöl |

Für die Marinade:

Den Backofen auf 80 Grad Heißluft vorheizen.

Knoblauch abziehen und reiben. Ingwer schälen und reiben. 2 TL Knoblauch, 2 TL Ingwer, einen Schuss Zitronensaft, Basilikum, Sesamöl, Salz und Pfeffer in einen Mixer geben und gut pürieren. $\frac{1}{2}$ TL Marinade für die Polenta beiseitestellen.

Für das Fleisch:

Chili längs aufschneiden, entkernen und mit einem Sparschäler in Streifen schneiden.

Lammfilet in Schmetterlingsform dünn aufschneiden, plattieren und mit der Marinade (s.o.) bestreichen. Dann mit Chili und Basilikum belegen und aufrollen. Rolle mit Zahnstochern fixieren. Rolle mit Marinade einstreichen und ziehen lassen. Lamm-Rolle in wenig Olivenöl goldbraun braten, dann im Ofen ruhen lassen.

Für die Polenta:

Mango schälen, Fruchtfleisch vom Stein schneiden und das Fruchtfleisch klein würfeln. Die Hälfte des Fruchtfleisches mit der Kokosmilch pürieren.

Restliche Mango in Stückchen schneiden. Chilischote längs aufschneiden, entkernen und hacken. Zitrone halbieren und 2 EL Saft auspressen.

Alle Zutaten unter Rühren aufkochen lassen. Sollte die Polenta zu fest sein, etwas Gemüsefond nachgießen. Nach und nach Mangostückchen untermischen. Bis zum Servieren warmhalten.

Für den Salat:

Salat verlesen, ggf. waschen und trockenschleudern. Zitronensaft mit Fischsauce, Sushi-Essig und Sesamöl verrühren und Salat damit marinieren. Kumquats in Scheiben schneiden und den Salat damit garnieren.

Gregor Wagner am 25. Juli 2024

Lamm-Filet, Rahm-Soße, Bohnen, Rosmarin-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

| | | |
|---------------------|------------------|-------------------------|
| 6 Lammfilets à 60 g | 3 Knoblauchzehen | $\frac{1}{2}$ EL Butter |
| 3 Zweige Rosmarin | 2 EL Olivenöl | Salz, Pfeffer |

Für die Sauce:

| | | |
|------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| $\frac{1}{2}$ kleine Zwiebel | 50 ml Sahne | $\frac{1}{2}$ TL Butterschmalz |
| 100 ml Fleischfond | $\frac{1}{4}$ Bund Petersilie | 1 kleine Prise Pfeffer |

Für die Bohnen:

| | | |
|-----------------------------|-----------------------|-------------------------|
| 250 g grüne Bohnen | 1 Zweig Thymian | $\frac{1}{4}$ EL Butter |
| $\frac{1}{4}$ TL Backpulver | $\frac{1}{4}$ EL Salz | Salz, Pfeffer |

Für die Kartoffeln:

| | | |
|----------------------------------|-----------------------|--------------------------|
| 400 g kl. festk. Drillinge | 2 Zweige Rosmarin | 2-3 EL Sonnenblumenöl |
| $\frac{1}{4}$ TL Meersalzflöcken | $\frac{1}{2}$ TL Salz | $\frac{1}{4}$ TL Pfeffer |

Für das Fleisch:

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Von den Lammfilets die dünne Silberhaut entfernen. Knoblauchzehen mit dem Messerrücken oder Handballen andrücken. Die Nadeln von den Rosmarinzwiegen abstreifen.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Lammfilets darin mit dem Knoblauch und Rosmarin bei starker Hitze 2 Minuten rundum braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Butter zugeben und schmelzen. Lammfilets in der Butter schwenken, kurz ruhen lassen und servieren.

Für die Sauce:

Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Petersilie kalt abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Butterschmalz in einem kleinen Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin andünsten. Petersilie hinzufügen. Mit Fleischfond ablöschen. Sahne unterrühren und mit Pfeffer abschmecken.

Für die Bohnen:

Bohnen waschen, abtropfen lassen und die Enden abschneiden.

Danach in einem Topf 375 ml Wasser zum Kochen bringen und Thymian, Salz und Backpulver dazugeben. Nun die Bohnen in das kochende Wasser geben und ca. 10 Minuten weichkochen. Anschließend Bohnen mit einer Schaumkelle aus dem Wasser nehmen und in eine Schüssel geben. Butter dazugeben und durchschwenken, bis die Butter geschmolzen ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Kartoffeln:

Kartoffeln gut waschen, abtropfen lassen und mit der Schale längs halbieren oder vierteln.

In einer Schüssel die Kartoffeln mit Öl, Salz und Pfeffer marinieren.

Rosmarin hinzufügen. Ein Backblech mit Papier auslegen und die Kartoffeln einzeln und mit Abstand auf das Backpapier legen. Kartoffeln im Ofen ca. 30 Minuten knusprig und goldgelb garen. Nach 15 Minuten Backzeit die Kartoffeln wenden, so werden sie von beiden Seiten kross. Nach dem Backen mit Meersalzflöcken bestreuen.

Roberto Dziech am 22. Juli 2024

Lamm-Filet, Thymian-Soße, Sellerie-Püree, Möhren

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

| | | |
|--------------------------|-------------------|---------------|
| 4 Lammfilets, à ca.100 g | 1 Knoblauchzehe | 30 g Butter |
| 2 Zweige Thymian | 2 Zweige Rosmarin | 30 g Reismehl |
| 50 g Pflanzenöl | Salz | Pfeffer |

Für die Sauce:

| | | |
|------------------|------------------|-----------------|
| 1 kleine Zwiebel | 2 Knoblauchzehen | 50 ml Sahne |
| 2 cl Cognac | 100 ml Lammfond | 5 Thymianzweige |
| 30 g Maisstärke | Pflanzenöl | Salz, Pfeffer |

Für das Püree:

| | | |
|-----------------------|----------------------------|---------------|
| 250 g Knollensellerie | 150 g junge TK-Erbesen | 200 ml Sahne |
| 50 g Butter | 4 Zweige glatte Petersilie | Salz, Pfeffer |

Für die Möhren:

| | | |
|----------------------------|----------------------|-------------------------|
| 300 g Möhren | 1 Knoblauchzehe | 1 Zitrone, Saft |
| 1 EL Butter | 1 TL flüssiger Honig | 60 ml trockener Marsala |
| 2 Zweige glatte Petersilie | Zucker | Salz, Pfeffer |

Für das Lammfilet:

Die Lammfilets ggf. parieren und anschließend in Reismehl wenden und sorgfältig abklopfen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Lammfilets von allen Seiten kurz und scharf anbraten. Salzen und pfeffern. Kräuter und angedrückte Knoblauchzehe zum Fleisch geben und Hitze reduzieren. Das Fleisch noch kurz ziehen lassen und anschließend in Alufolie geben und warmhalten. Kurz vor dem Servieren in flüssiger Butter nochmals kurz in der Pfanne schwenken.

Für die Sauce:

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Knoblauch ebenfalls abziehen und durch eine Knoblauchpresse drücken. Öl in einem Topf erhitzen und Knoblauch und Zwiebel darin anschwitzen. Thymian hinzugeben und mit Cognac ablöschen. Mit Fond auffüllen und reduzieren lassen.

Anschließend durch ein Sieb geben und auffangen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer würzen, mit Sahne verfeinern und mit Stärke ggf. abbinden.

Für das Püree:

Sellerie schälen, gleichmäßig würfeln und in der Sahne und 100 ml Wasser ca. 10 Minuten weichkochen, dabei salzen und pfeffern und nach 5 Minuten die Erbsen hinzugeben. Petersilie grob schneiden.

Anschließend abgießen, dabei die Sahne auffangen. Mit der geschnittene Petersilie fein pürieren, dabei Butter hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Sahne vom Kochen hinzugeben bis die gewünschte cremige Konsistenz erreicht ist. Abschließend durch ein feines Sieb streichen.

Für die Möhren:

Knoblauch abziehen und fein schneiden. Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne zerlassen und Möhren darin 5 Minuten dünsten. Knoblauch hinzugeben, mit Marsala ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen. Für weitere 8 Minuten dünsten. Die Möhren sollten noch Biss haben. Mit Zucker, Honig und Zitronensaft abschmecken. Petersilie waschen, trockenwedeln und fein hacken.

Möhren mit Petersilie garnieren.

Gerhard Paap am 24. Juni 2024

Lamm-Rücken mit Zwiebel-Soße, Polenta, Rahm-Mangold

Für zwei Personen

Für die Zwiebelsauce:

| | | |
|--------------------------|------------------|--------------------------|
| 2 m.-große rote Zwiebeln | 4 cm Meerrettich | 100 ml trockenen Rotwein |
| 100 ml Gemüfefond | 1 EL Tomatenmark | 1 Zweig Rosmarin |
| 1 Zweig Oregano | 1 Thymianzweig | 1 Lorbeerblatt |
| 1 EL Speisestärke | Pflanzenöl | Salz, Pfeffer |

Für den Lammrücken:

| | | |
|----------------------|--------------|-----------------|
| 2 Lammlachse à 150 g | 2 Schalotten | 1 Knoblauchzehe |
| 1 Zweig Rosmarin | Pflanzenöl | Salz, Pfeffer |

Für die Polenta:

| | | |
|----------------------|-------------------|----------------|
| 50 g Instant-Polenta | 80 g Parmesan | 100 ml Sahne |
| 10 g Butter | 300 ml Gemüfefond | 1 Lorbeerblatt |
| Muskatnuss | Salz | Pfeffer |

Für den Rahm-Mangold:

| | | |
|-------------------|------------------|-----------------|
| 500 g Mangold | 1 kleine Zwiebel | 1 Knoblauchzehe |
| 1 Zitrone, Abrieb | 50 ml Sahne | Muskatnuss |
| Pflanzenöl | Salz | Pfeffer |

Für die Zwiebelsauce:

Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Zwiebeln abziehen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. In einer Pfanne mit Öl glasig dünsten. Tomatenmark zu den Zwiebeln geben und einrühren. Lorbeerblatt dazugeben. Dann mit Rotwein ablöschen und mit Fond aufgießen. Rosmarin, Thymian und Oregano zusammenbinden und als kleines Bündel mit in die Sauce geben. Köcheln lassen. Kräuter wieder herausnehmen und Sauce mit Salz, Pfeffer und frisch geriebenem Meerrettich abschmecken. Bei Bedarf mit Stärke binden.

Für den Lammrücken:

Lammlachse in einer heißen Pfanne mit Öl von beiden Seiten etwa 2 Minuten scharf anbraten. Schalotten und Knoblauch abziehen, jeweils halbieren und mit dem Rosmarin in die Pfanne geben.

Danach in der Pfanne in den vorgeheizten Ofen geben und etwa 20 Minuten ruhen lassen. Vor dem Servieren salzen und pfeffern.

Für die Polenta:

150 ml Fond mit Sahne und Lorbeerblatt in einem Topf aufkochen lassen.

Hitze reduzieren und Polenta einrühren. Regelmäßig umrühren damit sie nicht anbrennt. Dabei quellen lassen. Je nach gewünschter Konsistenz weiteren Fond unterrühren. Parmesan reiben und zusammen mit der Butter kurz vor dem Servieren unterheben. Mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss würzen.

Für den Rahm-Mangold:

Mangold putzen und in Stücke schneiden. Zwiebeln abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne mit Öl glasig dünsten und dann den Mangold dazugeben. Sahne angießen und mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss würzen. Knoblauch pressen und Mangold damit abschmecken. Kurz vor dem Servieren Schale der Zitrone abreiben und über den Mangold geben.

Anemone Vogels am 17. Juni 2024

Lamm-Biryani mit Chapati, Joghurt-Minz-Soße

Für zwei Personen

Für das Lamm-Biryani:

| | | |
|--------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| 2 Lammfilets | 3 Tomaten | 200 g Cashews |
| 200 g Sultaninen | 2 Zwiebeln | 3 Knoblauchzehen |
| 2 cm Ingwer | 1 Zitrone, Abrieb | 500 ml Gemüsesfond |
| 3 Zweige Koriander | 2 Lorbeerblätter | 1 TL Senfsamen |
| 1 TL Chilipulver | 1 TL Kurkumapulver | 3 TL Garam Masala |
| 2 TL gemahl. Koriander | 2 TL gemahl. Kreuzkümmel | 1 TL schwarze Pfefferkörner |
| $\frac{1}{2}$ Zimtstange | 1 TL Salz | Pflanzenöl |

Für den Basmati:

| | | |
|---------------|--------------------|--------------|
| 400 g Basmati | 1 TL Kurkumapulver | 1 Zimtstange |
| Salz | | |

Für das Chapati:

| | | |
|--------------------|-----------|---------------------------|
| 150 g Chapati-Mehl | 5 EL Ghee | 3 EL neutrales Pflanzenöl |
| 2 TL Salz | | |

Für das Joghurt-Sauce:

| | | |
|-----------------------|-----------------------------------|-------------------------|
| 2 Schalotten | 1 Knoblauchzehe | 1 grüne Chilischote |
| 1 Limette, Saft | 3 EL Joghurt | 1 Bund Minze |
| 1 Bund Koriander | $\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmelsamen | $\frac{1}{2}$ TL Zucker |
| $\frac{1}{2}$ TL Salz | | |

Für die Garnitur:

| | | |
|--------------------|--------------|-----------------|
| 4 Zweige Koriander | 20 g Cashews | 20 g Sultaninen |
|--------------------|--------------|-----------------|

Für das Lamm-Biryani:

Etwas Öl in eine große Pfanne geben und Chili, Salz, Kurkuma, Garam Masala, Koriander, Kreuzkümmel, Senfsamen, Pfeffer und Zimtstange mit gehackten Zwiebeln, Cashews und Sultaninen anrösten.

Ingwer und Knoblauch anziehen. Beides fein würfeln. Tomaten hacken.

Mit in den Topf geben und bei großer Hitze unter Rühren anbraten.

Lammfleisch in einer Pfanne mit Öl rundum etwa 2 Minuten scharf anbraten. Die Schale einer halben Zitrone mit gehackten Korianderblättern vermengen, Lamm darin wälzen und in Alufolie verpackt ruhen lassen.

Zur Fertigstellung Lorbeerblätter, gekochten Basmati (s.u.) und Fond mit in die Pfanne geben, umrühren und alles abgedeckt dann 10 Minuten kochen und ziehen lassen.

Für den Basmati:

Basmati in 800 ml gesalzenem Wasser kochen mit Kurkuma und der Zimtstange kochen. Zimtstange herausnehmen, bevor der Reis in die Lamm-Pfanne gegeben wird.

Für das Chapati:

Ghee schmelzen lassen. Mehl in eine Schüssel geben, Salz hinzugeben.

Nach und nach Öl und 80 ml Wasser unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen einarbeiten. Sobald Teig beginnt dicker zu werden, mit der Hand weiterkneten. Dabei eventuell noch etwas Wasser zugeben. Auf der Arbeitsfläche gründlich durchkneten bis nach einigen Minuten ein weicher und geschmeidiger Teig entsteht, der aber nicht klebrig ist. Jetzt zu einer Kugel formen und zu Fladen ausrollen. In einer Pfanne ohne Öl ausbacken.

Für das Joghurt-Minz-Sauce:

Minze und Koriander grob hacken. Knoblauch und Schalotten abziehen und grob schneiden. Chilischote längs halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Alle Zutaten in einen Multizerkleinerer geben und zu einer Paste mixen. Limette auspressen und mit Joghurt, 1 EL

Wasser, Zucker, Kreuzkümmel und Salz verrühren. Anschließend mit der Kräuterpaste zu einer Sauce vermengen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Koriander, Cashews und Sultaninen garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Patrick Steuber am 09. Mai 2024

Lamm-Rücken, Bohnen-Gemüse, Sellerie-Rosmarin-Püree

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

| | | |
|-------------------------------|-------------------|-----------------|
| 2 parierte Lammlachse à 150 g | 1 Knoblauchknolle | 1 Zweig Thymian |
| 1 Zweig Rosmarin | Rapsöl | Salz, Pfeffer |

Für das Gemüse:

| | | |
|----------------------------------|-------------------------|-----------------------------|
| $\frac{1}{2}$ rote Paprikaschote | 200 g Schneidebohnen | 4 geschälte Tomaten, (Dose) |
| 2 Stangen Frühlingslauch | 125 g Gemüsezwiebel | 2 Knoblauchzehen |
| 25 g Butter | 100 ml Sahne | 1 EL Crème-fraîche |
| $\frac{1}{2}$ EL Ahornsirup | $\frac{1}{2}$ Bund Dill | 1 EL mildes Currypulver |
| 2 EL Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für das Sellerie-Rosmarin-Püree:

| | | |
|-----------------------|--------------------|----------------------------|
| 200 g Knollensellerie | 1-2 Knoblauchzehen | $\frac{1}{2}$ -1 EL Butter |
| 150 ml Gemüsefond | 1 Zweig Rosmarin | 1 EL gerebelter Rosmarin |
| Muskatnuss | Rapsöl | Salz, Pfeffer |

Für die Mandelblättchen:

10 Mandelblättchen

Für das Fleisch: Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammlachse trockentupfen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch halbieren. Kräuterzweige und Knoblauch dazu geben und obere Seite der Lammlachse beim Anbraten mit aromatisiertem Fett begießen, später salzen und pfeffern. Fleisch dann von jeder Seite scharf anbraten. Dann 10-12 Minuten mit einem Fleischthermometer in den vorgeheizten Backofen geben und bis zu einer Kerntemperatur 56 Grad garen. 5 Minuten ruhen lassen, dann nachwürzen. In Tranchen anrichten.

Für das Gemüse: Paprika von Scheidewänden und Kernen befreien und in Streifen schneiden. Schneidebohnen putzen und in Streifen schneiden.

Frühlingslauch putzen und in Ringe schneiden. Gemüsezwiebel und Knoblauch abziehen. Gemüsezwiebel in Streifen schneiden, Knoblauch würfeln.

Olivenöl und Butter in großem Topf erhitzen, Knoblauch und Zwiebelstreifen glasig anschwitzen. Schneidebohnen anschwitzen, Currypulver dazugeben und salzen. 50 ml Wasser und Ahornsirup dazugeben. Flüssigkeit einkochen. Dann Paprika und Tomaten dazugeben und alles zugedeckt 10 Minuten köcheln lassen. Immer mal umrühren.

Sahne angießen, Frühlingslauch dazu geben, kurz aufkochen, mit Salz abschmecken. Dill hacken. Zum Schluss Dill und Crème fraîche zum Gemüse geben, final mit Salz, Pfeffer abschmecken.

Für das Sellerie-Rosmarin-Püree: Knollensellerie schälen und in feine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken.

Öl erhitzen und Sellerie, Knoblauch und Rosmarinzweig anbraten, bis der Sellerie goldbraun wird. Dann Fond angießen. Einen Deckel auflegen und das Gemüse in ca. 15 Minuten weichkochen. Zum Schluss 2 Minuten ohne Deckel kochen, damit die Flüssigkeit verkocht.

Gerebelten Rosmarin noch feiner hacken. Rosmarinzweig entfernen, Sellerie mit einem Stabmixer pürieren. Mit gerebeltem Rosmarin, Butter, Muskatnuss, Salz, Pfeffer abschmecken.

Für die Mandelblättchen: Mandelblättchen ohne Fett anrösten.

Lisa Jacobs am 06. Mai 2024

Lamm-Lachs mit Rhabarber, -Ziegenfrischkäse-Creme

Für zwei Personen

Für den gepickelten Rhabarber:

| | | |
|------------------------------|-----------------------|------------------------|
| 2 Stangen Rhabarber | 2 Scheiben Ingwer | 1 Limette, Saft |
| 200 ml Rhabarbersaft | 100 ml Rote-Bete-Saft | 150 ml Rhabarber-Sirup |
| 100 ml heller Balsamicoessig | 1 Zimtstange | 1-2 Nelken |
| 1 TL Pimentkörner | ½ TL Hibiskus-Pulver | 100 g Zucker |
| 2 EL Stärke | | |

Für das scharfe Rhabarber-Kompott:

| | | |
|---------------------|----------------------|-------------------|
| 2 Stangen Rhabarber | 2 Schalotten | 2 Scheiben Ingwer |
| 1 Chilischote | 200 ml Rhabarbersaft | 50 ml Sahne |
| 3 EL Zucker | Piment d'Espelette | 2 EL neutrales Öl |

Für die Rhabarber-Ziegenfrischkäse-Creme:

| | | |
|------------------------|------------------|-------------------|
| 1 Stange Rhabarber | 1 Orange, Abrieb | 1 Limette, Abrieb |
| 200 g Ziegenfrischkäse | 50 g Parmesan | 50 g Pinienkerne |
| 20 g Puderzucker | Salz | Pfeffer |

Für die Pumpernickel-Brösel:

| | | |
|--------------------|--------------------|--------------------|
| 120 g Pumpernickel | 2 EL Butterschmalz | Piment d'Espelette |
| Salz | Pfeffer | |

Für das Fleisch:

| | | |
|-----------------|------------------|--------------------|
| 2 Lammlachse | 2 Knoblauchzehen | 3 EL Butterschmalz |
| 1 Zweig Thymian | 1 Zweig Rosmarin | Salz, Pfeffer |

Für den gepickelten Rhabarber:

Den Backofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Rhabarber putzen und schälen. Quer in dünne und fingerlange Scheiben schneiden.

100 ml Wasser mit Ingwer, Limettensaft, Rhabarbersaft, Rote-Bete-Saft, Rhabarber-Sirup, Balsamicoessig, Zucker, Zimtstange, Nelken, Pimentkörnern und Hibiskus-Pulver in einen Topf geben und aufkochen lassen. Rhabarberscheiben zugeben und 15 Minuten ziehen lassen.

Dann abseihen. Den Saft mit etwas Stärke verrühren und abbinden.

Für das scharfe Rhabarber-Kompott:

Rhabarber putzen, schälen und in Stücke schneiden. Schalotten abziehen. Schalotten, Ingwer und Chilischote kleinschneiden. Öl heiß werden lassen und Schalotten, Ingwer, Chili und Zucker darin leicht glasig werden lassen. Rhabarber zugeben und mit etwas Rhabarbersaft ablöschen, dann etwas Sahne hinzugegeben. 5 Minuten köcheln lassen.

Eventuell mit etwas Piment d'Espelette abschmecken.

Für die Rhabarber-Ziegenfrischkäse-Creme:

Rhabarber putzen, schälen und in kleine Stücke schneiden. Parmesan reiben. Pinienkerne in einer Pfanne rösten. Orange und Limette heiß abspülen und die Schale abreiben.

Ziegenfrischkäse, Rhabarberstücke, Parmesan, Orangen- und Limettenabrieb und Puderzucker glattrühren. Pinienkerne zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Pumpernickel-Brösel:

Pumpernickel in einen Multizerkleinerer geben und zerkleinern. Brösel in Butterschmalz knusprig braten. Mit Piment d'Espelette, Salz und Pfeffer würzen und etwas vom Pickelsud (s.o.) zugeben.

Für das Fleisch:

Lammlachse in heißem Butterschmalz von beiden Seiten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch, Thymian und Rosmarin in das heiße Butterschmalz geben. Fleisch mit den Aromaten im Backofen warmhalten.

Pumpnickel-Brösel und Ziegencreme abwechselnd je zweimal in einem Anrichtering schichten. Gepickelten Rhabarber auf den Lammlachsen platzieren. Rhabarber-Kompott in kleiner Schüssel dazu stellen und servieren.

Jens Scheffler am 16. April 2024

Lamm-Filet im Pistazien-Mantel, Schwarzwurzeln

Für zwei Personen**Für die Rahm-Schwarzwurzel:**

| | | |
|------------------|-------------|---------------------------------|
| 2 Schwarzwurzeln | 1 Schalotte | 1 Zitrone, Saft |
| 50 g Butter | 50 g Sahne | $\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch |
| Muskatnuss | Salz | |

Für das Lammfilet:

| | | |
|--------------|-------------------------------|---------------------|
| 2 Lammfilets | $\frac{1}{2}$ Bund Petersilie | 25 g Pistazienkerne |
| 1 TL Senf | Pflanzenöl | Salz, Pfeffer |

Für den Chicorée:

| | | |
|-----------------|-------------------|-----------------|
| 2 Chicorée | 1 Zwiebel | 2 Orangen, Saft |
| 1 EL Frischkäse | 150 ml Gemüsefond | 3 cm Ingwer |
| 1 TL Kurkuma | 2 TL Currypulver | Speisestärke |
| Pflanzenöl | Salz | Pfeffer |

Für die Rahm-Schwarzwurzel:

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser schälen und in mit Zitronensaft gesäuertes Wasser legen. Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Schwarzwurzeln in Scheiben schneiden und anschließend in Salzwasser garen, dann kalt abschrecken. Schalotte in einer Pfanne mit geschmolzener Butter anschwitzen, Schwarzwurzel dazugeben und Sahne angießen. Cremig einkochen und mit Schnittlauchröllchen, geriebener Muskatnuss und Salz abschmecken.

Für das Lammfilet:

Lammfilet in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Dann herausnehmen und mit Senf bestreichen.

Petersilie und Pistazien fein hacken und miteinander vermengen.

Lammfilet darin wenden.

Für den Chicorée:

Chicorée in einer Pfanne mit Öl anbraten. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Mit in die Pfanne geben. Dann alles salzen und pfeffern.

Orangen schälen und filetieren, Saft auffangen. Chicorée mit Orangensaft ablöschen und mit Fond aufgießen. Zugedeckt etwa 10 Minuten schmoren lassen. Aus der Pfanne nehmen und in einer Auflaufform im Backofen warm stellen. Ingwer schälen und reiben. Sauce mit Ingwer, Kurkuma und Curry abschmecken. Speisestärke mit Wasser anmischen und in die Pfanne geben zum Binden. Frischkäse einrühren und Orangenfilets dazugeben, nochmals kurz erhitzen.

Das Lammfilet auf dem Chicorée servieren, Orangensauce darüber geben und das Schwarzwurzelgemüse anrichten.

Merit Schwalm am 01. Februar 2024

Rübchen-Carpaccio mit Lamm-Lachs, Hummus und Pomelo

Für zwei Personen

Für das Rübchen-Carpaccio:

| | | |
|--------------------|--------------|----------------------|
| 2 gelbe Bete | 1 Rettich | 1 Zitrone, 2 EL Saft |
| 2 EL Weißweinessig | Chiliflocken | Zucker |
| 2 EL Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für den Lammlachs:

| | | |
|---------------------|--------------------|--------------------|
| 1 Lammlachs à 160 g | 1 Knoblauchzehe | 1 EL Butterschmalz |
| 2 Zweige Thymian | Piment d'Espelette | Salz, Pfeffer |

Für den Hummus:

| | | |
|--------------------------|--------------------|----------------------|
| 250 g vorgeg. rote Bete | 150 g Kichererbsen | 1 Knoblauchzehe |
| 1 Limette, 3 EL Saft | 1 EL Frischkäse | 1-2 EL helles Tahini |
| ½ TL gemahl. Kreuzkümmel | 3 EL Olivenöl | Salz, Pfeffer |

Für die Garnitur:

| | | |
|----------------|------------------|-------------------|
| 1 Stück Pomelo | 2 essbare Blüten | Basilikumsprossen |
|----------------|------------------|-------------------|

Kresse

Für das Rübchen-Carpaccio:

Den Backofen auf 130 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Beten und Rettich gründlich waschen und schälen. Beides in sehr feine Scheiben hobeln und etwas einsalzen. Bete mit Weißweinessig, Zitronensaft und Olivenöl beträufeln und in einen Vakuumierbeutel geben. Vakuumieren und 15 Minuten ziehen lassen. Am Ende herausnehmen, nochmal mit Zitronensaft und Öl beträufeln und mit Chiliflocken, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Lammlachs:

Lammlachs parieren, Butterschmalz in eine Pfanne geben, erhitzen und den Lammlachs auf beiden Seiten anbraten. Mit gehacktem Knoblauch und einigen Thymianblättern in den vorgeheizten Backofen geben und bei 130 Grad ca. 10 Minuten weitergaren bis der Lammlachs eine Kerntemperatur von 54 Grad erreicht hat. Nochmals mit Piment d'Espelette, Salz und Pfeffer abschmecken. In Stücke schneiden und auf den Teller drapieren.

Für den Hummus:

Knoblauch abziehen, die gegarte Bete würfeln und in einem Mixer geben.

Frischkäse, Knoblauch, Tahini und Öl dazugeben. Kichererbsen abgießen, ebenfalls in den Mixer geben und alles zusammen cremig pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Limettensaft abschmecken.

Creme in einen Spritzbeutel mit Lochtülle geben. Jeweils einige größere Tupfer auf den Teller geben.

Für die Garnitur:

Blüten und Kresse als Garnitur verwenden. Pomelo schälen, Fruchtfleisch herauslösen und auf dem Carpaccio anrichten.

Volker Schimkus am 18. Januar 2024

Lamm-Karree mit Kaffee-Rub, Kaffee-Trauben-Soße

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

| | | |
|------------------------------|----------------------|-----------------------------|
| 500 g ungeputztes Lammkarree | 20 g Kaffeebohnen | 1 EL Zucker |
| Chili | 1 TL grobes Meersalz | 1 TL schwarze Pfefferkörner |
| 2 EL Olivenöl | Salz | |

Für die Kaffee-Trauben-Sauce:

| | | |
|-------------------------------|--------------------|-------------------------|
| Parüren des Lammkarrees, s.o. | 1 kleine Kartoffel | 200 g helle Weintrauben |
| 30 g Kaffeebohnen | 2 rote Zwiebel | 1 große Knoblauchzehe |
| 1-2 cm Ingwer | 50 g kalte Butter | 200 ml Rotwein |
| 200 ml Lammfond | 1 TL Honig | 3 Lorbeerblätter |
| 1 TL Speisestärke | 1 EL Rapsöl | Salz |
| Pfeffer | Eiswasser | |

Für die Fondant-Kartoffeln:

| | | |
|---------------------------|-------------------|-------------------|
| 400 g mehligk. Kartoffeln | 2 Knoblauchzehen | 150 g Butter |
| 200 ml Weißwein | 500 ml Hühnerfond | 2 Zweige Rosmarin |
| 2 Zweige Thymian | 2 EL Rapsöl | Muskatnuss |
| Salz | | |

Für die knusprige Kartoffelspirale:

| | | |
|--------------------------------|---------------|-------|
| 1-2 mehlig kochende Kartoffeln | 500 ml Rapsöl | Chili |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Garnitur:

| | | |
|---------------------|-----------------|-------------------|
| 5 helle Weintrauben | 1 Zitrone, Saft | 2 Zweige Rosmarin |
| 2 Zweige Thymian | Salz | |

Für das Fleisch:

Den Backofen auf 190 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammkarree putzen und von Fett und Silberhaut befreien. Parüren für die Sauce beiseitelegen. Kaffeebohnen mit Zucker, Pfeffer, Salz und 1 TL Chili recht fein mörsern.

Fleisch gut salzen und in einer Grillpfanne mit Olivenöl von allen Seiten ca. 1 Minute. scharf anbraten. In Kaffee-Rub wenden.

Fleischthermometer einstecken und das Karree im vorgeheizten Ofen bis ca. 59 Grad Kerntemperatur garen. Herausnehmen und in Alufolie gewickelt bis ca. 62 Grad nachziehen und ruhen lassen.

Für die Kaffee-Trauben-Sauce:

Öl in einem Topf erhitzen und Parüren vom Karree scharf anrösten.

Zwiebeln und Knoblauch abziehen und auch in grobe Stücke schneiden.

Mit zu den Parüren geben und kurz mit anrösten. Honig dazugeben, kurz karamellisieren lassen, mit Rotwein ablöschen und aufkochen lassen.

Lammfond, Lorbeer, Kartoffel, 150 g Trauben und Ingwer dazugeben.

Kaffeebohnen grob mörsern und mit in die Sauce geben. Sauce langsam einköcheln lassen.

Trauben halbieren und Fruchtfleisch mithilfe eines Kugelausstechers herauslösen.

Wenn die Sauce um ca. die Hälfte einreduziert ist, durch ein Sieb abgießen und Einlage entfernen.

Enthäutete Trauben vierteln und mit in die Sauce geben. Sauce je nach gewünschter Konsistenz noch etwas einkochen lassen oder mit etwas kalter Butter und Speisestärke abbinden. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Fondant-Kartoffeln:

Kartoffeln schälen und in gewünschte Form (Würfel oder Zylinder) schneiden. Öl in einem Topf erhitzen und Kartoffeln von der Ober- und Unterseite goldbraun anbraten. Restlichen Zutaten mit dazugeben. Sud gut salzen. Kartoffeln langsam weich köcheln.

Für die knusprige Kartoffelspirale:

Kartoffel schälen und ca. 15 Minuten in lauwarmes Wasser legen, um die Stärke etwas zu entfernen. Kalt abwaschen und trocken tupfen. Öl in einem Topf erhitzen. Mit einem Holzstäbchen testen, ob das Öl heiß genug ist. Am Holz sollten sich Bläschen bilden. Kartoffel durch einen Spiralschneider drehen und im Öl knusprig ausbacken. Auf Küchenkrepp entfetten. Spiralen mit Salz, Pfeffer und Chili würzen.

Für die Garnitur:

Rosmarin im heißen Öl der Kartoffeln knusprig frittieren und für die Deko beiseitelegen.

Weintrauben halbieren und in der Grillpfanne vom Karree etwas angrillen, leicht salzen und mit Zitronensaft ablöschen.

Laura Steinkopf am 20. November 2023

Teigtaschen mit Lammhack, Zwetschgen-Soße, Aubergine

Für zwei Personen

Für den Teig:

35 ml Milch
1 Prise Salz

15 g Butter

250 g Mehl, Typ 550

Für die Füllung:

200 g Lammfleisch, Schulter
1 Zweig Thymian

$\frac{1}{2}$ weiße Zwiebel
1 Zweig Petersilie

1 Knoblauchzehe
Salz, Pfeffer

Für die Fertigstellung:

Butter

Für die Auberginen-Röllchen:

1 Aubergine
2 Knoblauchzehen
Chili

100 g Walnüsse
1 EL Weißweinessig
2 EL Olivenöl

$\frac{1}{2}$ kleine Zwiebel
Petersilie
Salz, Pfeffer

Für die Zwetschgensauce:

200 g tiefgek. Zwetschgen
30 ml Weißweinessig

1 Knoblauchzehe
15 g Zucker

$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft
Chili, Salz, Pfeffer

Für den Schaschlik-Spieß:

100 g Lammfleisch, Schulter
100 ml Rotwein

$\frac{1}{2}$ Aubergine
1 Lorbeerblatt

1-2 frische Zwetschgen
Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für den Teig: Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Milch, Butter, Salz und 100 ml Wasser in einen Topf geben und leicht erhitzen, bis die Butter zerlassen ist. Die Hälfte des Mehls einrühren und dann mit dem restlichen Mehl auf einer Arbeitsplatte schnell zu einem glatten Teig verkneten oder mit der Küchenmaschine mit Knethakeneinsatz durchkneten lassen. Der Teig sollte nicht mehr kleben, ggf. etwas Mehl hinzufügen. Den Teig mithilfe einer Nudelmaschine ausrollen und Kreise, ca. 14 cm im Durchmesser, ausstechen.

Für die Füllung: Zwiebel und Knoblauch abziehen. Fleisch und die Zwiebel durch den Fleischwolf drehen. Thymian und Petersilie fein hacken, Knoblauchzehe pressen und mit den Gewürzen und 80 ml Wasser zu dem Fleisch geben und gut durchkneten.

Für die Fertigstellung: Jeweils 1 Esslöffel Füllung auf die Teigkreise geben und an den Rändern mit der typischen Form verschließen. Traditionell sollten sich 28 Einfaltungen ergeben.

Große abstehende Teigreste an der Faltstelle können mit einem Messer abgeschnitten werden. Die Teigtaschen mit der Oberseite nach unten in köchelndes, gesalzenes Wasser geben und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Die fertigen Teigtaschen in heißer Butter schwenken.

Für die Auberginen-Röllchen: Aubergine waschen und längs in dünne Scheiben schneiden. Mit Salz einreiben und auf Küchenpapier ziehen lassen. Nach ca. 10 Minuten die Flüssigkeit abtupfen und die Scheiben in Olivenöl von beiden Seiten scharf anbraten und auskühlen lassen. Knoblauch und Zwiebel abziehen und hacken.

Walnüsse bei 200 Grad im Ofen ca. 10 Minuten rösten. Dann mit den restlichen Zutaten in einen Mixer geben und cremig pürieren. Ggf. die Konsistenz mit Wasser bestimmen und mit den Gewürzen abschmecken.

Die Paste auf die Auberginenscheiben geben und einrollen. Auf die Röllchen auch etwas Paste geben und mit gehackter Petersilie garnieren und kalt servieren.

Für die Zwetschgensauce: Knoblauch abziehen und hacken. Saft einer halben Zitrone auspressen. Alle Zutaten bis auf den Zitronensaft in einem Topf zum Kochen bringen.

Ab und an umrühren und ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis die Masse eine dickere Konsistenz

hat. Die Masse mit einem Pürierstab pürieren und mit Zitronensaft und den übrigen Gewürzen abschmecken.

Für den Schaschlik-Spieß: Lammfleisch in kleine, mundgerechte Stücke schneiden und für ca. 15 Minuten im Rotwein mit dem Lorbeerblatt marinieren. Zwetschge halbieren und entsteinen.

Aubergine in mundgerechte Stücke schneiden und einsalzen. Nach ca.

10 Minuten die Flüssigkeit abtupfen. Zuerst in einer Pfanne in Öl ringsherum anbraten.

Das Fleisch, die Aubergine und Zwetschge in einer Grillpfanne von allen Seiten kurz scharf anbraten, damit das typische Grillmuster entsteht. Mit Salz und Pfeffer würzen und aufspießen.

Oliver Giemsa am 20. November 2023

Lamm-Filet im Tramezzini-Mantel, Rotwein-Soße, Risotto

Für zwei Personen

Für die Hühnerfarce:

| | | |
|------------------|-------------|-------------------|
| 80 g Hühnerfilet | 40 ml Sahne | 1 Hand Babyspinat |
| Salz | Pfeffer | 3 Eiswürfel |

Für das Lammfilet:

| | | |
|------------------|-----------------------|------------------|
| 4 Lammfilets | 4 Scheiben Tramezzini | 2 Knoblauchzehen |
| 1 Zweig Rosmarin | Butterschmalz | Salz, Pfeffer |

Für die Rotwein-Johannisbeer-Sauce:

| | | |
|--------------------------------|------------------------|------------------|
| 30 g Zartbitterschokolade, 70% | 2 EL Johannisbeergelee | 1 TL Tomatenmark |
| 200 ml Rotwein | 100 ml Rinderfond | Salz, Pfeffer |

Für das Risotto:

| | | |
|-------------------|-------------------|-------------------------|
| 200 g Risottoreis | 200 g Champignons | 1 Schalotte |
| 1 Knoblauchzehe | 25 g Butter | 50 g Parmesan |
| 200 ml Weißwein | 400 ml Gemüsefond | Olivenöl, Salz, Pfeffer |

Für die Kirschtomaten:

| | | |
|---------------------|---------------------|------------------|
| 300 g Kirschtomaten | 2 Knoblauchzehen | 1 Zweig Rosmarin |
| 2 EL Olivenöl | 1 EL brauner Zucker | Salz |

Für die Hühnerfarce:

Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen.

Spinat waschen und trockenschleudern. Das rohe Hühnerfleisch grob würfeln und gemeinsam mit dem Spinat, Sahne, Salz, Pfeffer und den Eiswürfeln in eine Küchenmaschine geben.

Ca. 30 Sekunden mixen. Danach in eine kleine Schüssel geben und kalt stellen.

Für das Lammfilet:

Silberhaut der Lammfilets entfernen. Die Filets bei hoher Hitze in Butterschmalz, Knoblauch und Rosmarin für maximal 1 Minute pro Seite anbraten. Danach sofort aus der Pfanne nehmen und zur Seite legen.

Pfanne für die Sauce aufgestellt lassen.

Tramezzini mithilfe eines Nudelholzes etwas platt rollen. Dann mit kalter Farce bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen und die Filets darauf platzieren und einrollen. Butterschmalz in einer neuen Pfanne erhitzen und die Lammfilets im Tramezzini-Mantel darin gleichmäßig goldbraun braten.

Für die Rotwein-Johannisbeer-Sauce:

Tomatenmark in die Fleischpfanne zum Rosmarin und Knoblauch geben und Bratensatz mit Rotwein ablöschen. Johannisbeergelee, Rinderfond und Zartbitterschokolade hinzugeben. Ca. 20 Minuten köcheln lassen, dann passieren und die Sauce einreduzieren lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce dekorativ über den Teller streichen, zudem à part in einem Kännchen anrichten.

Für das Risotto:

Reis abspülen und gut abtropfen lassen. Gemüsefond in einem Topf erwärmen.

Schalotten und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Öl in einem breiten Topf bei mittlerer Temperatur erhitzen. Schalotten glasig dünsten, Reis und Knoblauch dazu fügen. 2 Minuten unter Rühren weiter dünsten und mit Wein ablöschen. Flüssigkeit bei offenem Topf verdampfen lassen.

Nach und nach den warmen Gemüsefond dazu gießen und unter häufigem Rühren bei schwacher Hitze zugedeckt etwa 20-25 Minuten ausquellen lassen.

Champignons in Scheiben schneiden und gut in der Pfanne anbraten.

Dann zusammen mit Butter und Parmesan unter das Risotto mischen.

Alles mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Kirschtomaten:

Tomaten an der Rispe in eine Auflaufform geben und Olivenöl, Knoblauch und Rosmarin hinzufügen. Zucker darüber streuen und bei ca. 200 Grad in den Ofen geben, bis die Tomaten zu schmelzen beginnen. Vor dem Servieren mit Salz bestreuen.

Marcello Ciarrettino am 14. November 2023

Lamm-Rücken, Kartoffel-Püree, Fenchel mit Gorgonzola

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

| | | |
|-----------------------|------------------|---------------|
| 2 Lammlachse, à 180 g | 3 Knoblauchzehen | Butterschmalz |
| Salz | Pfeffer | |

Für Fenchel und Püree:

| | | |
|-------------------|---------------------|---------------------|
| 400 g Kartoffeln | 2 Fenchel | 125 ml Milch |
| 550 ml Gemüsefond | 40 ml Weißweinessig | 4 Zweige Thymian |
| 50 g Butter | 30 g Butterschmalz | 30 g brauner Zucker |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Garnitur:

80 g Gorgonzola dolce

Für den Lammrücken:

Den Backofen auf 50 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch abziehen und Zehen mit dem Messer andrücken. Mit in die Pfanne geben. Lamm Seiten salzen und pfeffern und in der Pfanne von beiden Seiten scharf anbraten.

Anschließend im Backofen ruhen lassen.

Für Fenchel und Püree:

Kartoffeln waschen, schälen und in kleine Stücke schneiden. In 350 ml Gemüsefond garkochen. Ggf. Wasser dazu geben, wenn die Flüssigkeit nicht reicht. Fenchel putzen, grün entfernen, vierteln und Strunk ausschneiden. In einer Pfanne mit Butterschmalz anbraten.

Thymianzweige mit in die Pfanne geben und Zucker über Fenchel streuen. Alles mit Essig ablöschen und mit restlichem Fond aufgießen.

Kurz einkochen lassen. Währenddessen Kartoffeln abgießen und kurz auskühlen lassen. Anschließend stampfen und mit Butter, Milch und einem Drittel des Fenchels mithilfe eines Stabmixers pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Restlichen Fenchel bis zum Servieren warmhalten.

Für die Garnitur:

Gorgonzola gezupft über den Fenchel geben.

Katinka Weidler am 09. Oktober 2023

Kürbis-Ragout mit Lamm, Spinatsalat und Kürbis-Streifen

Für zwei Personen

Für das Kürbisragout:

| | | |
|-------------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| 1 sehr großer Hokkaido-Kürbis | 2 Zwiebeln | 1 Orange, Abrieb, Zesten |
| 50 g Ingwer | 50 g rote Chilischote | 100 g Butter |
| 200 ml Kokosmilch | 200 ml Gemüsefond | 200 ml Orangensaft |
| 5 Zweige Koriander | 50 g getrock. Aprikosen | 50 g Datteln ohne Kern |
| 50 g Mandeln ohne Schale | 100 g ungesalz. Pistazienkerne | 4 Kaffirblätter |
| 1 EL Currypulver | 1 TL Kardamompulver | 1 EL gemahl. Harissa |
| 1 EL gemahl. Garam Masala | 1 TL Zimtpulver | Salz |

Für die marinierten Streifen:

| | | |
|-----------------------------|-----------------|--------------------|
| ½ Hokkaido-Kürbis, von oben | 1 TL Butter | 20 ml Himbeeressig |
| 20 ml Balsamicoessig | ½ Bund Rosmarin | ½ Bund Thymian |
| 1 Stängel Zitronengras | 1 Sternanis | 1 EL Ingwerpulver |
| 1 TL Kardamompulver | Zucker | |

Für den Spinatsalat:

| | | |
|----------------------|------------------------------|--------------------------|
| 200 g junger Spinat | 3 EL Granatapfelkerne | 1 TL mittelscharfer Senf |
| 3 EL Kürbiskerne | 20 ml Walnussöl | 10 ml Kürbiskernöl |
| 30 ml Balsamicoessig | Zucker, Salz, weißer Pfeffer | |

Für das Lamm:

| | | |
|------------------------------|----------------------|-------------------------|
| 2 Lammlachse à 140 bis 160 g | 1 Knoblauchzehe | 1 EL Butter |
| 1 EL gemahl. Garam Masala | 1 EL gemahl. Harissa | Olivenöl, Salz, Pfeffer |

Für das Kürbisragout:

Den Kürbis teilen und eine Hälfte in Würfel schneiden.

Pfanne anwärmen. Butter schmelzen, Zwiebeln abziehen, kleinschneiden und darin anschwitzen, Chili, Ingwer, Curry und Kaffirblätter dazu geben.

Kürbiswürfel dazu geben. Aprikosen, Datteln, Mandeln halbieren und Pistazien wenig zerkleinern und unterheben. Orangenabrieb, Zesten und Orangensaft dosiert dazu geben. Etwas Kokosmilch und Fond dazugeben. Mit Harissa, Garam Masala, Salz und Zimt abschmecken.

Korianderblätter kleinschneiden und dazu geben. Kaffirblätter entfernen und alles nochmals mit Salz abschmecken.

Für die marinierten Streifen:

Kürbis hobeln. Pfanne anwärmen, Zucker hineingeben und karamellisieren. Butter zugeben, mit Himbeeressig und Balsamicoessig ablöschen. Sternanis, Kardamom, Thymian, Rosmarin, Zitronengras, Ingwerpulver und Kürbistreifen dazugeben. Streifen dünsten, dann abtropfen lassen.

Für den Spinatsalat:

Senf, Balsamicoessig, Walnussöl und ein wenig Kürbiskernöl mixen.

Dressing mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Stiele vom Spinat möglichst entfernen. Dressing und Granatapfelkerne zugeben.

Kürbiskerne hacken und zum Schluss über den Salat geben.

Für das Lamm:

Lamm mit Garam Masala, Harissa und Öl marinieren. In einer Pfanne bis mit einer angedrückten Knoblauchzehe zu einer Kerntemperatur von 54 Grad braten und dabei salzen und pfeffern. Butter dazugeben und Fleisch immer wieder mit der schäumenden Butter übergießen.

Reinhold Holtz am 19. September 2023

Lamm-Rücken mit Paprika-Püree, mediterrane Kartoffeln

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

| | | |
|-----------------------|---------------------------|---------------------------|
| 2 Lammlachse, à 140 g | 2 frische Knoblauchzehen | 1 Zitrone, davon Schale |
| 100 g Butter | 1 TL getrockneter Oregano | 1 TL getrockneter Thymian |
| 5 Zweige Rosmarin | Olivenöl | Meersalz, Pfeffer |

Für das Püree:

| | | |
|--------------------------------|------------------------------|---------------------------|
| 4 rote, vollreife Spitzpaprika | 2 mehlig. Kartoffeln | 1 Zwiebel |
| 1 Zitrone, Saft, Abrieb | 50 ml süße Sahne | 2 EL Tomatenmark |
| 2 EL mildes Paprikamark | 250 ml Gemüsfond | 5 Zweige Minze |
| 2 Zweige glatte Petersilie | 2 EL edelsüßes Paprikapulver | 2 TL Kräuter der Provence |
| 2 EL gerebelter Oregano | 1 EL gerebelter Thymian | 1 EL Chiliflocken |
| 1 TL Piment d'Espelette | 2 EL Rote-Bete-Pulver | 1 EL Puderzucker |
| 50 ml Olivenöl | Meersalz | Pfeffer |

Für die Kartoffeln:

| | | |
|---------------------|-----------------------|----------------------------|
| 6 festk. Kartoffeln | 5 getrocknete Tomaten | 5 schwarze Kalamata-Oliven |
| 2 Frühlingszwiebel | 3 EL Butterschmalz | 100 ml Gemüsfond |
| 5 Zweige Thymian | 5 Fäden Safran | Salz, Pfeffer |

Für das Fleisch:

Einen Backofen auf 130 Grad Umluft vorheizen, einen zweiten Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Fleisch von Sehnen befreien. Waschen und gut abtrocknen.

Knoblauchzehe halbieren und Fleisch mit einer Knoblauchzehe einreiben, dann leicht pfeffern.

Emaillierte Pfanne mit 1 EL Öl erhitzen. Lamm auf einer Seite salzen. Auf dieser Seite ca. 50 Sekunden anbraten, dann wenden. Zweite Seite salzen und pfeffern und ca. 40 Sekunden anbraten.

Eine Knoblauchzehe halbieren und hinzufügen. Butter, Thymian, Oregano, Rosmarinnadeln und einen Streifen Zitronenschale dazugeben.

2-3 Minuten lang das Lamm mit einem Löffel mit der aromatisierten Butter übergießen.

Fleischthermometer in das Lamm stecken und das Fleisch auf 54 Grad Kerntemperatur garen. Danach aufschneiden. Fleisch mit Bratflüssigkeit nappieren. Mit Meersalz und Pfeffer würzen.

Für das Püree:

Paprika waschen, abtrocknen, Kerne und Scheidewände entfernen und in etwa 2x2 cm große Stücke schneiden.

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Kartoffel schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

Auf dem Herd in einem breiten Topf etwas Olivenöl geben. Puderzucker und Zwiebel dazugeben, Zwiebel karamellisieren und andünsten. Dann Paprikastücke und Kartoffel dazugeben. Topf in den 160 Grad heißen Backofen geben und ca. 20 Minuten weichdünsten. Anschließend fein pürieren.

Tomatenmark, Paprikamark, Paprikapulver, Kräuter der Provence, Oregano, Thymian, Chiliflocken, Piment d'Espelette und 5 Blätter Minze dazugeben. 2 EL Sahne hinzufügen.

Sollte das Püree keine schöne rote Farbe haben, etwas Rote-Bete-Pulver zufügen und erneut pürieren. Sollte das Püree zu fest sein, mit etwas Gemüsfond nacharbeiten. Püree mit Salz, Pfeffer und Zitrone abschmecken.

Petersilie kleingehackt zum Schluss dazugeben.

Für die Kartoffeln:

Wasser mit 100 ml Gemüsefond zum Kochen bringen. 5 Safranfäden in kaltem Wasser auflösen. Kartoffeln schälen und möglichst in gleichmäßige Würfel von 1,5x1,5 cm schneiden. Safran zu den Kartoffeln hinzugeben und salzen. Kartoffeln in der erhitzten Flüssigkeit ca. 10 Minuten ankochen. Abgießen und die Kartoffeln gut abtrocknen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Kartoffeln bei kleiner Hitze langsam anbraten. Nicht zu oft wenden. Frühlingszwiebel putzen und in feine Streifen schneiden. Tomaten und Oliven kleinschneiden. Nach 10 Minuten die Tomaten und Oliven hinzugeben. Nach weiteren 3 Minuten die Frühlingszwiebeln und den Thymian hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Reinhold Holtz am 11. September 2023

Arrosticini mit Tramezzini caprese mit Rucola-Pesto

Für zwei Personen

Für die Arrosticini:

| | | |
|--------------------------|----------------------------|------------------------------|
| 600 g Lammlachse | 4 Knoblauchzehen | 1 Zitrone, davon Saft |
| 1 eingelegte Salzzitrone | 1 kleine milde Chilischote | 2 EL Tomatenmark |
| 1 Bund Rosmarin | 1 TL getrock. Oregano | 1 TL getrock. Thymian |
| 1 EL Sumach | 1 TL Piment d'Espelette | 1 TL edelsüßes Paprikapulver |
| 2 EL Olivenöl | Öl | Salz, Pfeffer |

Für das Tramezzini caprese:

| | | |
|-------------------------|-----------------------|----------------|
| 2 große Tramezzini | 6 dünne Grissini olio | 3 süße Tomaten |
| 1 Zitrone | 2 Knoblauchzehen | 2 Eier |
| 100 g Kräuterfrischkäse | 1 Kugel Mozzarella | 150 g Parmesan |
| 100 g Butter | 1 Bund Basilikum | Salz, Pfeffer |

Für das Pesto:

| | | |
|----------------|-------------------|-------------------|
| 2 Bund Rucola | 2 Knoblauchzehen | 100 g Pinienkerne |
| 150 g Parmesan | 2 cl Tomatenessig | 150 ml Pflanzenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Garnitur:

| | | |
|----------------------|---------------------|-----------------|
| 1 Granny Smith Apfel | 1 Bund Schnittlauch | Shisokresse-Mix |
| Knoblauchkresse | 1 EL Zucker | Salzflocken |

Für die Arrosticini:

Das Fleisch in feine Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und andrücken. Chilischote kleinhacken. Fleisch mit Tomatenmark, Knoblauch, Olivenöl, Rosmarin und allen Gewürzen vermengen und etwa 20 Minuten marinieren lassen.

Fleisch auf Spieße aufreihen. Grillpfanne vorheizen.

Saft der Zitrone und Schale von einer Salzzitrone würfeln und an die Spieße geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleisch-Spieße in der heißen Grillpfanne mit Öl von allen Seiten grillen.

Für das Tramezzini caprese:

Tramezzini mit der Teigrolle ausrollen. Knoblauch abziehen und feinschneiden. Parmesan reiben. Frischkäse mit Knoblauch und Parmesan mischen und die Tramezzini damit bestreichen und Zitronenzeste draufreiben. Tomaten, Basilikum und Mozzarella klein schneiden und in die Tramezzini geben und einrollen. Ränder mit verquirltem Eigelb bestreichen.

Tramezzini in einer Pfanne mit Butter ausbacken.

Fertige Tramezzini mit zwei Grissini durchstechen, mit Salz und Pfeffer würzen und servieren.

Für das Pesto:

Knoblauch abziehen. Rucola, Pinienkerne und Parmesan mit dem Knoblauch und dem Öl zu einem Pesto mixen.

Mit Salz, Pfeffer und Tomatenessig abschmecken und servieren.

Für die Garnitur:

Apfel mit einem Kugelausstecher ausstechen und in der Pfanne mit Zucker karamellisieren. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Alles mit Kräutern und Salz garnieren.

Karsten Leerhoff am 22. August 2023

Lamm-Gemüse-Spieße mit Gewürz-Joghurt und Couscous

Für zwei Personen

Für die Lammspieße:

| | | |
|--------------------|----------------------|------------------------------|
| 500 g Lammfilet | 1 rote Paprikaschote | 1 grüne Paprikaschote |
| 1 festk. Kartoffel | 1 Zwiebel | 1 EL edelsüßes Paprikapulver |
| 1 EL Kurkumapulver | 1 EL Currypulver | Butter |
| Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für den Gewürzjoghurt:

| | | |
|----------------------------|-----------------------|------------------------------|
| 100 g griech. Joghurt, 10% | 1 Limette, davon Saft | 1 TL edelsüßes Paprikapulver |
| 1 TL Kurkumapulver | 1 TL Currypulver | Salz |

Für den Couscous:

| | | |
|--------------------|-----------------------|------------------------------|
| 100 g Couscous | 1 rote Paprikaschote | 3 Dörripflaumen |
| 1 Knoblauchzehe | 1 Limette, davon Saft | 1 Bund Minze |
| 350 ml Rinderfond | 20 g Pistazien | 1 TL edelsüßes Paprikapulver |
| 1 TL Kurkumapulver | 1 TL Currypulver | Butter, Salz |

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Zwiebel abziehen und grob schneiden. Kartoffel mit der Schale in mundgerechte Stücke schneiden. Paprika waschen, trockentupfen und von Kernen und Trennhäuten befreien. Gemüse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und mit Olivenöl beträufeln und mit Salz würzen. Gemüse im Backofen für 30 Minuten garen.

Lammfilet von Sehnen befreien und mit Salz und Pfeffer würzen.

Paprikapulver, Kurkuma und Curry miteinander vermengen und das Fleisch damit würzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten goldbraun Minuten braten. Kurz vor Garende Butter hinzugeben und das Lammfilet darin wenden. Fleisch im Ofen bei 100 Grad ruhen lassen.

Zum Servieren zunächst das Lammfilet aufspießen und zum Schluss im Wechsel Paprika, Kartoffel und Zwiebel aufspießen.

Für den Gewürzjoghurt:

Limette auspressen und den Saft auffangen. Joghurt mit den Gewürzen, Salz und Limettensaft abschmecken.

Für den Couscous:

Fond aufkochen lassen. Anschließend über den Couscous geben und 6 Minuten quellen lassen. Limette auspressen und Saft auffangen. Minze waschen, trockenwedeln und fein schneiden. Knoblauch abziehen und fein schneiden. Paprika waschen, trockentupfen, von Kernen und Trennhäuten befreien und anschließend fein würfeln. Pflaumen ebenfalls fein schneiden. Butter in einer Pfanne zerlassen und Knoblauch, Paprika, Dörripflaumen und Pistazien darin anschwitzen. Alles mit dem Couscous vermengen, Minze unterheben und mit Limettensaft und Salz abschmecken.

Stefan Macek am 17. August 2023

Lamm-Spieß mit Tsatsiki, grünen Bohnen, Zitronen-Reis

Für zwei Personen

Für die Lammlachse:

| | | |
|------------------|-----------------|--------------------------|
| 300 g Lammlachse | 1 Knoblauchzehe | $\frac{1}{2}$ Bund Minze |
| 3 EL Olivenöl | grobes Meersalz | Salz, Pfeffer |

Für die grünen Bohnen:

| | | |
|----------------------------|-----------------|--------------------|
| 400 g grüne Prinzessbohnen | 1 Knoblauchzehe | 50 g Pinienkerne |
| 2 EL Olivenöl | Salz | Pfeffer, Eiswasser |

Für den Zitronen-Reis:

| | | |
|-------------------------|-------------------------|----------------|
| 200 g Basmatireis | 1 Zitrone, Saft, Abrieb | 2 EL Walnussöl |
| 1 TL gemahlener Kurkuma | Salz | |

Für den Tsatsiki:

| | | |
|--------------------------|-----------------|--------------------------|
| $\frac{1}{2}$ Salatgurke | 1 Knoblauchzehe | 150 g Naturjoghurt, 3,8% |
| 150 g Quark, 40% | Olivenöl | Salz, Pfeffer |

Für die Lammlachse:

Die Lammlachse je nach Größe der Länge nach halbieren und ggf. parieren. Knoblauch abziehen und fein würfeln. Minze waschen, trockenwedeln und fein schneiden. Zwei Esslöffel Olivenöl, Minze und Knoblauch miteinander vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Lammlachse der Länge nach auf Spieße stecken und mit der Minzmarinade bestreichen. Restliches Öl in einer Grillpfanne erhitzen und die Lammspieße darin ca. 5 Minuten rundherum anbraten. Vor dem Servieren kurz ruhen lassen und anschließend mit groben Meersalz garnieren.

Für die grünen Bohnen:

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Bohnen putzen, waschen, trockentupfen und nach Geschmack ggf. halbieren. Bohnen in leicht gesalzenem Wasser 5 Minuten kochen und anschließend in Eiswasser abschrecken. Knoblauch abziehen und in feine Scheiben schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch darin rösten. Die Bohnen abtropfen lassen und in die Pfanne geben. Durschwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit gerösteten Pinienkernen garnieren.

Für den Zitronen-Reis:

Zitrone waschen, trockentupfen und Zitronenschale reiben und auffangen. Anschließend den Saft auspressen und ebenfalls auffangen.

Walnussöl in einem Topf erhitzen. Reis hinzufügen und gut vermengen, sodass der Reis das Öl gut aufnimmt. Kurkuma hinzugeben und nochmals umrühren. Reis mit Zitronensaft und 400 ml Wasser ablöschen.

Reis salzen und bei mittlerer Hitze und geschlossenem Deckel ca. 15 Minuten garen. Vor dem Servieren mit Zitronenabrieb verfeinern.

Für den Tsatsiki:

Gurke schälen und über eine feine Reibe in eine Schüssel reiben. Einen halben Teelöffel Salz hinzugeben und die Gurkenscheiben ca. 15 Minuten wässern lassen. Anschließend die Gurke über einem feinen Sieb ausdrücken. Knoblauch abziehen und ganz fein würfeln. Joghurt und Quark mit etwas Olivenöl glattrühren. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken und Gurke und Knoblauch unterrühren. Vor dem Servieren nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Markus Johann am 14. August 2023

Lamm-Filet, Zucchini, Polenta und Tomaten-Salat

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

| | | |
|----------------------|-------------------|----------------|
| 4 Lammfilets | 1 Knoblauchknolle | Butter |
| 200 ml Weißwein | Sojasauce | Worcestersauce |
| Italienische Kräuter | Mehl | Rapsöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Polenta:

| | | |
|----------------|---------------|--------------------|
| 100 g fPolenta | 400 ml Wasser | 2 Peperoncini |
| 100 g Parmesan | 200 ml Milch | 100 ml Sahne |
| 20 g Butter | Sambal Oelek | Scharfe Chilisauce |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Zucchini:

| | | |
|-------------------|-------------|----------|
| 2 kleine Zucchini | 1 Schalotte | Olivenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Tomatensalat:

| | | |
|-----------------|-----------------------|------------------|
| 2 reife Tomaten | 1 Zitrone, davon Saft | ½ Bund Basilikum |
| 1-2 TL Senf | 3-4 TL Olivenöl | Salz, Pfeffer |

Für das Lammfilet:

Das Fleisch würzen und leicht bemehlen. Dann in Butter und Rapsöl anbraten, aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

Knoblauchknolle mittig, senkrecht halbieren. Knoblauch in der Fleischpfanne auf beiden Seiten anbraten, dann mit Weißwein ablöschen und etwas Wasser hinzufügen. Langsam einköcheln lassen. Mit Sojasauce, Worcestersauce, italienischen Kräutern, Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss Lammfilets zugeben und kurz aufwärmen.

Für die Polenta:

Milch und 400 ml gesalzenes Wasser erhitzen, Polenta langsam unter ständigem Rühren darunterziehen. Nach 2-4 Minuten sollte sie gar sein.

Parmesan reiben. Parmesan und Butter unter die Polenta ziehen.

Peperoncini der Länge nach halbieren, die Kerne entfernen und klein schneiden. Unter die Polenta rühren. Mit Sabal Oelek, scharfer Chilisauce, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Sahne verfeinern.

Für die Zucchini:

Zucchini der Länge nach halbieren, Kerne in der Mitte entfernen und in 3 mm dicke Halbmondscheiben schneiden. Schalotte abziehen und klein schneiden. Beides kurz in Olivenöl anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Tomatensalat:

Tomaten in runde Scheiben schneiden. Basilikum klein schneiden.

Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Zitronensaft, Senf, Olivenöl, Salz und Pfeffer vermengen und über die Tomaten geben. Tomaten mit Basilikum dekorieren.

Markus Allemann am 15. Juni 2023

Lamm-Rücken mit Chimichurri, Blumenkohl-Püree, Rösti

Für zwei Personen

Für das Blumenkohl-püree:

| | | |
|------------------------|----------------------------|------------------|
| 1 Blumenkohl | 1 EL Crème-fraîche | 1 TL Currypulver |
| 1 Prise Cayennepfeffer | 1 Prise mildes Chilipulver | Salz, Pfeffer |

Für das Chimichurri:

| | | |
|-------------------|--------------------|-----------------------|
| 1 Bund Petersilie | 1 Bund Basilikum | 1 Schalotte |
| 2 Knoblauchzehen | ½ rote Chilischote | ½ Limette, davon Saft |
| 50 ml Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für den Rösti:

| | | |
|-------------------------|------------|------------|
| 400 g festk. Kartoffeln | Pflanzenöl | Muskatnuss |
| Salz | Pfeffer | |

Für das Lamm:

| | | |
|-----------------------|------------------|-------------|
| 2 Lammlachse, à 175 g | 2 Knoblauchzehen | 1 EL Butter |
| Pflanzenöl | Salz | Pfeffer |

Für das Blumenkohl-püree:

Den Backofen auf 50 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Blumenkohl in Röschen schneiden, waschen und noch einmal vierteln.

Leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen und Blumenkohl darin 20 Minuten kochen, bis er weich ist.

Den gekochten Blumenkohl in ein hohes Gefäß geben und mit Curry, Chili und Cayennepfeffer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und Crème fraîche unterrühren.

Für das Chimichurri:

Kräuter waschen und den groben Teil der Stiele entfernen. Den Rest mit dem Messer fein hacken. Schalotte und Knoblauch abziehen und fein hacken. Chili fein hacken und mit Schalotte, Knoblauch und Kräutern vermischen. Die Kräutermischung im Mörser leicht zerstoßen, es soll hier aber keine flüssige Masse entstehen. Olivenöl unterrühren und mit agepresstem Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Rösti:

Kartoffeln waschen, schälen und mit einer groben Vierkantreibe reiben.

Kartoffelmasse in ein sauberes Geschirrtuch legen und auspressen, um die überschüssige Flüssigkeit aus den Kartoffeln zu pressen. Mit Muskat und Salz und Pfeffer würzen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffelmasse zu einem Rösti darin von beiden Seiten goldbraun ausbacken.

Für das Lamm:

Knoblauch abziehen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne oder Grillpfanne erhitzen und Lamm darin je zwei Minuten von jeder Seite scharf anbraten, anschließend die Hitze reduzieren und Butter und Knoblauch hinzugeben. Das Lamm für eine Minute damit aromatisieren und bis zu einer Kerntemperatur von 54 Grad ziehen lassen. Das Lamm für 3 bis 5 Minuten im Backofen bei 50 Grad ruhen lassen.

Philipp Hahn am 05. Juni 2023

Lamm-Rücken mit Taboulé und Minz-Tahini-Joghurt

Für zwei Personen

Für den Taboulé:

| | | |
|-----------------------------------|--------------------------|--------------------------------------|
| 100 g Couscous | $\frac{1}{2}$ Salatgurke | $\frac{1}{4}$ Granatapfel |
| $\frac{1}{2}$ Zitrone, davon Saft | 100 ml Gemüsefond | $\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie |
| $\frac{1}{4}$ Bund Koriander | 2-3 EL Olivenöl | Salz, Pfeffer |

Für das Lamm:

| | | |
|--------------|------------------|------------------|
| 2 Lammlachse | 2 Knoblauchzehen | 1 Zweig Rosmarin |
| 1 TL Butter | Olivenöl | Salz, Pfeffer |

Für den Minz-Joghurt:

| | | |
|-----------------------------------|-------------------|---------------------------|
| $\frac{1}{2}$ Zitrone, davon Saft | 10 Minzblätter | 1 Knoblauchzehe |
| 3 EL griechischer Joghurt | 1 TL Tahini-Paste | ca. 5 g glatte Petersilie |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Taboulé:

Den Gemüsefond mit einem Esslöffel Olivenöl aufkochen. Herd ausschalten, Couscous einrühren und mit geschlossenem Deckel ca. 3 Minuten ruhen lassen. Anschließend das restliche Öl mit einer Gabel unterrühren. Gurke schälen und in kleine Würfel schneiden. Petersilie und Koriander fein hacken und mit Gurkenwürfeln, Granatapfelkernen, Couscous, Zitronensaft, Salz und Pfeffer vermengen.

Für das Lamm:

Lamm mit Salz und Pfeffer würzen.

Öl und Butter in einer Pfanne erhitzen, Rosmarin und Knoblauch andrücken mit in die Pfanne geben und die Lammlachse von jeder Seite ca. 2-3 Minuten anbraten. Anschließend ca. 5 Minuten ruhen lassen.

Für den Minz-Joghurt:

Knoblauch abziehen. Alle Zutaten mit dem Multi-Zerkleinerer zu einer homogenen Masse pürieren. In einen Spritzbeutel füllen.

Taboulé mit Lamm und Minz-Joghurt auf Tellern anrichten und servieren.

Janine Hübel am 25. Mai 2023

Lamm-Lachse im Tramezzini-Mantel, Rotwein-Schoko-Soße

Für zwei Personen

Für das Lamm:

| | | |
|--------------|------------------------|---------------|
| 2 Lammlachse | 6 Sch. dünner Schinken | Butterschmalz |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Farce:

| | | |
|---------------------|-----------------|--------------------|
| 200 g Kalbschnitzel | 50 g Babyspinat | 150 ml kalte Sahne |
| 4 Eiswürfel | Salz | Pfeffer |

Für den Tramezzini-Mantel:

| | |
|-----------------------|---------------|
| 4 Scheiben Tramezzini | Butterschmalz |
|-----------------------|---------------|

Für die Rotwein-Schoko-Soße:

| | | |
|--------------------------------|--------------------|----------------|
| 30 g Zartbitterschokolade, 70% | 2 EL Preiselbeeren | 200 ml Rotwein |
| 4 EL Rinderfond | Zucker | Salz |

Für das Süßkartoffelpüree:

| | | |
|---------------------|-----------------------------------|-------------------|
| 400 g Süßkartoffeln | $\frac{1}{2}$ Zitrone, davon Saft | 250 ml Kokosmilch |
| 1 EL Butter | Muskatnuss | Salz, Pfeffer |

Für das Orangen-Gel:

| | | |
|---------------------------|-------------|---------------|
| 2 Orangen, (Saft, Abrieb) | 20 g Zucker | 5 g Agar Agar |
|---------------------------|-------------|---------------|

Für die Garnitur:

| | |
|---------------|-------------------|
| Pfefferkörner | Krause Petersilie |
|---------------|-------------------|

Für das Lamm:

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammlachse von der Silberhaut befreien und bei sehr hoher Hitze in Butterschmalz für maximal 2 Minuten pro Seite anbraten. Danach sofort aus der Pfanne nehmen und zur Seite legen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Schinken auslegen und die Lammlachse darin ausrollen.

Für die Farce:

Das rohe Kalbfleisch grob würfeln und gemeinsam mit dem Spinat und den Eiswürfeln in einen Multizerkleinerer geben. Dazu eine Prise Salz und Pfeffer geben. Zutaten für ca. 20-30 Sekunden mixen und langsam die kalte Sahne zufügen. So lange weitermixen bis eine feine, cremige Konsistenz entsteht. Farce darf nicht vom Löffel fallen. Danach in eine Schüssel geben und kaltstellen.

Für den Tramezzini-Mantel:

Tramezzini-Scheiben plattrollen und auf einer Seite dünn mit der Farce bestreichen. In Schinken gewickelte Lammlachse in Tramezzinibrot einwickeln. Am Ende das überstehende Brot ggf. abschneiden. Die Enden vorsichtig zusammendrücken.

Etwas Butterschmalz bei mittlerer bis hoher Temperatur in einer Pfanne schmelzen und die Lamm-Röllchen rundherum knusprig braten. Danach auf ein Backblech legen und im Ofen 8-10 Minuten bis zu einer Kerntemperatur von 52 Grad nachgaren.

Für die Rotwein-Schoko-Soße:

Rotwein auf ca. 80 ml einreduzieren. Dann Rinderfond, Preiselbeeren, Schokolade und eine Prise Salz hinzugeben und bei sehr niedriger Temperatur einrühren, bis alles verbunden ist und man eine sirupartige Konsistenz erhältst. Am Ende gegebenenfalls mit Salz und Zucker abschmecken. Sauce passieren.

Für das Süßkartoffelpüree:

Süßkartoffeln schälen und in Wasser ca. 20 Minuten weichkochen.

Süßkartoffeln abseihen, zurück in den Topf geben. Kokosmilch und Butter hinzufügen und stampfen.

Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und durch ein Sieb streichen.

Für das Orangen-Gel:

Orangen halbieren und auspressen, sodass 200 ml Saft entstehen.

Orangensaft mit Zesten einer Orange sowie Zucker verrühren und einmal kurz aufkochen. Herd ausschalten und das Agar Agar einrühren.

Abkühlen und fest werden lassen. Dann mit dem Stabmixer zu einem feinen Gel mixen. Sollte die Konsistenz zu fest geworden sein und nicht zum Gel werden, einfach einen Esslöffel warmes Wasser zugeben, bis die Konsistenz schön cremig wird. Danach in einen Spritzbeutel geben.

Für die Garnitur:

Gericht mit Pfeffer und Petersilie garnieren.

Marie-Louise Hüneke am 26. April 2023

Lamm-Filet mit Sauerteigbrot-Creme, Kräuter-Frischkäse

Für zwei Personen

Für das Lamm:

| | | |
|------------------|-------------------|-------------------------|
| 300 g Lammfilet | 1 Knoblauchzehe | 1 EL Butter |
| 1 Zweig Rosmarin | ½ TL Fenchelsamen | Olivenöl, Salz, Pfeffer |

Für die Creme:

| | | |
|---------------------|-------------|-------------------|
| 225 g Sauerteigbrot | 1 Schalotte | 150 ml Sahne |
| 50 ml Milch | 40 g Butter | 350 ml Gemüsefond |
| Öl | Salz | Pfeffer |

Für den Frischkäse:

| | | |
|----------------------------------|-------------------------|---------------------------|
| 50 g Frischkäse, Doppelrahmstufe | 50 g Joghurt, 3,5% | 30 ml Sahne |
| ½ Knoblauchzehe | 1 Zitrone, davon Abrieb | 1 Zweig glatte Petersilie |
| 5 Halme Schnittlauch | 1 Zweig Thymian | 1 Zweig Oregano |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Radieschen:

| | | |
|-------------------|-----------------------|-------------|
| 1 Bund Radieschen | 1 Zitrone, davon Saft | 1 EL Butter |
| 1 TL Zucker | Salz | |

Für das Chutney:

| | | |
|---------------------|---------------------------|---------------------|
| 250 g Rhabarber | 1 Orange, (Saft, Abrieb) | 1 Schalotte |
| 10 g Ingwer | 30 ml Holunderblütensirup | 40 ml Apfelessig |
| ½ TL Koriandersamen | ½ TL Senfsamen | 15 g brauner Zucker |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Croûtons:

| | | |
|---------------------|--------|-------------|
| 100 g Sauerteigbrot | Butter | Chili, Salz |
|---------------------|--------|-------------|

Für die Garnitur:

Radieschensprossen

Für das Lamm:

Einen Backofen auf 75 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen, einen zweiten Ofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammfilet salzen und in Butter und Öl anbraten, dabei auch Knoblauch und Rosmarin in die Pfanne geben.

Fenchelsamen in einem Mörser zerstoßen.

Fleisch aus der Pfanne nehmen, mit Pfeffer und zerstoßenem Fenchel würzen. Bei 75 Grad in den Ofen geben, bis eine Kerntemperatur von 56 Grad erreicht ist.

Für die Creme:

Brot grob würfeln und ca. 15 Minuten im Ofen goldgelb rösten. Schalotte abziehen, würfeln und in etwas Öl bräunen. Das Brot dazu geben. Mit Sahne, Milch und Fond aufgießen. Alles solange kochen, bis das Brot weich ist. Das Gemisch mit Butter glatt pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Wie viel Flüssigkeit man am Ende benötigt, hängt vom Brot und dem Röstgrad ab. Bei sehr frischem, wenig geröstetem Brot wird weniger, bei eher altem Brot stark geröstetem mehr benötigt.

Für den Frischkäse:

Knoblauch abziehen. Knoblauch, Petersilie, Schnittlauch, Thymian und Oregano fein hacken und mit Frischkäse und Joghurt vermischen. Sahne schlagen und unterheben. Alles mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb abschmecken.

Für die Radieschen:

Radieschen putzen. Butter in eine Pfanne geben, Radieschen darin anbraten, bis sie außen bräunen. Mit Zitronensaft ablöschen und Salz und Zucker würzen.

Für das Chutney:

Schalotte abziehen, Ingwer schälen, beides klein würfeln. Koriander- und Senfsamen grob mörsern, dann kurz in einem Topf ohne Fett anrösten.

Mit Apfelessig und 25 ml Wasser ablöschen. Schalotte, Ingwer und Zucker dazugeben. 5 Minuten köcheln lassen.

Rhabarber putzen und in kleine Stücke schneiden. Zusammen mit Orangensaft und -abrieb in den Sud geben. Alles einkochen. Mit Salz, Pfeffer und Sirup abschmecken.

Für die Croûtons:

Zwei Scheiben Brot abschneiden und in Butter von beiden Seiten anbraten. Restliches Brot fein würfeln und in Butter knusprig anbraten.

Mit Salz und viel Chili würzen.

Geröstete Brotscheiben mit Butter bestreichen und salzen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Sprossen garnieren.

Nina Drenkelforth am 26. April 2023

Lamm-Karree mit Pistazien-Kräutermantel, Rotwein-Soße

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

| | | |
|----------------------|---------------------------|------------------|
| 1 Lammkarree à 450 g | 50-100 g Pistazienkerne | 1-2 EL Senf |
| 50-100 g Panko | 1 Zweig glatte Petersilie | 1 Zweig Rosmarin |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Rotweinsauce:

| | | |
|-----------------------|-----------------------|--------------------|
| 1-3 Schalotten | 50-100 g kalte Butter | 100-200 ml Rotwein |
| 100 ml Balsamicoessig | 300-400 ml Rinderfond | Salz, Pfeffer |

Für den grünen Spargel:

| | | |
|----------------------|------------------|---------------|
| 150 g grüner Spargel | Butter, Olivenöl | Salz, Pfeffer |
|----------------------|------------------|---------------|

Für das Erbsenpüree:

| | | |
|-----------------|-------------|----------------------|
| 300 g TK-Erbsen | 50 g Butter | Milch, Salz, Pfeffer |
|-----------------|-------------|----------------------|

Für das Lammkarree:

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammkarree mit Papier trocken tupfen und mit Salz würzen. Auf allen Seiten scharf anbraten. Aus der Pfanne nehmen und mit Senf bestreichen. Pfanne für die Sauce aufgestellt lassen.

Pistazien, Panko, Petersilie und Rosmarin in einem Multizerkleinerer mixen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Lammkarree mit der Pistazien-Panko-Mischung ummanteln und in den vorgeheizten Ofen geben, bis das Lammkarree Medium gegart ist. Aus dem Ofen nehmen und ca. 5 Minuten ruhen lassen.

Für die Rotweinsauce:

Schalotten abziehen, klein schneiden und in der Pfanne anbraten, in der zuvor das Fleisch gebraten wurde. Mit Balsamicoessig ablöschen und reduzieren. Rotwein hinzugeben und nochmals reduzieren. Rinderfond angießen und wieder reduzieren. Sobald der Sud dickflüssig wird, kalte Butter hinzufügen und dabei ständig rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Sauce durch einen Sieb passieren.

Für den grünen Spargel:

Spargel schälen. Mit Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen und anschließend in einer Pfanne mit Butter braten, bis der Spargel bissfest ist.

Für das Erbsenpüree:

Erbsen in einen Topf geben, mit Milch auffüllen und kochen, bis die Erbsen weich sind. Anschließend die Erbsen abseihen, dabei die Milch auffangen.

Erbsen mit Butter, Salz und Pfeffer fein mixen. Je nach Konsistenz Milch angießen. Ggf. durch ein Sieb streichen.

Blanchieren Sie die Erbsen und schrecken Sie sie dann in Eiswasser ab.

So behalten die Erbsen bei der Weiterverarbeitung ihre grüne Farbe.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Chau Duc Doan am 24. April 2023

Lamm-Röllchen mit Gemüse-Füllung, Möhren, Kartoffeln

Für zwei Personen

Für die Lamm-Röllchen:

| | | |
|------------------------|-----------------|---------------------|
| 2 Lammlachse, à 150 g | 1 rote Paprika | 12 Prinzessbohnen |
| 2 dicke Knoblauchzehen | 200 ml Portwein | 100 g Butterschmalz |
| Salz | Pfeffer | |

Für die bunten Möhren:

| | | |
|-------------------------|--------------------|-------------------|
| 2 rote Möhren | 2 gelbe Möhren | 2 orange Möhren |
| 2 große Schalotten | 3 cm Ingwer | 80 g Pinienkerne |
| 40 g Butter | 1 Zweig Petersilie | 1 TL neutrales Öl |
| 1 TL Piment d'Espelette | Salz | |

Für die Balsamico-Kartoffeln:

| | | |
|------------------------|--------------------------|------------------------|
| 200 g kleine Drillinge | 1 Bund Basilikum | 200 ml Aceto Balsamico |
| 2 EL Olivenöl | 1 EL Zitronensalzflocken | |

Für die Lamm-Röllchen:

Das Fleisch waschen, trockentupfen, in maximal 1 cm dicke Scheiben schneiden und zwischen zwei Klarsichtfolien plattklopfen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Bohnen ggfs. einmal durchschneiden, Paprika entkernen und 2/3 in dünne Streifen schneiden. Den Rest aufbewahren.

Von den Paprikastreifen und den Bohnen jeweils 1-2 Streifen auf das Fleisch legen und zu Röllchen einwickeln. Mit Zahnstochern fixieren.

Knoblauch abziehen und in Scheibchen schneiden. Übrige Paprika für die Garnitur in kleine Würfelchen schneiden.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Gefüllte Lamm-Röllchen in der Pfanne von jeder Seite etwa 1 Minute anbraten. Knoblauch dazugeben und in der Pfanne max. 1 Minute mitbraten. Danach mit Portwein ablöschen und alles ca. 20 Minuten köcheln lassen. Beim Anrichten mit Pfeffer würzen und mit Paprikawürfel garnieren.

Für die bunten Möhren:

Schalotten abziehen, vierteln und in Scheiben schneiden. Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden, am besten mit einem Gemüsehobel.

Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Schalotten darin kurz anbraten, Möhren zufügen und 1-2 Minuten mit anbraten. Ca. 15 Minuten auf kleiner Flamme weiterbraten.

In der Zwischenzeit die Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne mit wenig Öl von allen Seiten rösten.

Ingwer reiben und sobald die Möhren gar, aber noch bissfest sind, Ingwer hinzufügen. Mit Salz und Piment d'Espelette abschmecken. Pinienkerne untermischen und beim Anrichten mit gehackter Petersilie garnieren.

Für die Balsamico-Kartoffeln:

Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Kartoffeln mit Schale ca. 20 Minuten darin braten. Am besten einen Deckel auflegen, damit es schneller geht.

Basilikum in Streifen schneiden und sobald die Kartoffeln gar sind, Basilikum dazugeben und durchmischen. Mit Balsamico ablöschen und etwas einkochen lassen. Beim Anrichten mit Zitronensalzflocken bestreuen.

Ingeborg Krug am 10. April 2023

Lamm-Filet mit Rosenkohl, Kräuterbutter, Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für den Rosenkohl:

| | | |
|------------------------------|----------------------------|-------------------|
| 500 g Rosenkohl | 1 rote Zwiebel | 2 Knoblauchzehen |
| 100 g Parmesan | 1 TL flüssiger Honig | 1 TL Chiliflocken |
| 1 TL edelsüßes Paprikapulver | 3 Zweige glatte Petersilie | 50 ml Olivenöl |
| 1 TL Salz | Pfeffer | |

Für das Lammfilet:

| | | |
|---------------------|------------------|--------------------------|
| 6 Lammfilets à 75 g | 4 Knoblauchzehen | 3 Zweige Rosmarin |
| 1 EL Butter | 4 EL Olivenöl | grobes Meersalz, Pfeffer |

Für den Gurkensalat:

| | | |
|----------------------------|-----------------|---------------------------------|
| 2-3 kleine Bauerngurken | 2 rote Peperoni | $\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch |
| 6 EL heller Balsamicoessig | 1 TL Honig | 6 EL Olivenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Kräuterbutter:

| | | |
|---------------------------------|-------------------------|--------------------------------------|
| 125 g weiche Butter | 2 kleine Knoblauchzehen | $\frac{1}{4}$ Bund glatte Petersilie |
| $\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch | Salz | Pfeffer |

Für den Rosenkohl:

Den Backofen auf 190 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Rosenkohl putzen, waschen und vom Strunk befreien. Nach Geschmack den Rosenkohl halbieren. Petersilie waschen, trockenwedeln und fein schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden. In einer Schüssel Olivenöl, Honig und Gewürze miteinander vermengen. Rosenkohl mit der Marinade, Zwiebel und Knoblauch vermengen und auf ein Backblech geben, Parmesan über den Rosenkohl reiben. Anschließend in den vorgeheizten Backofen schieben und 12-15 Minuten bissfest garen. Nach dem Garen mit der geschnittenen Petersilie garnieren **Für das Lammfilet:**

Lammfilets putzen und ggf. von der Silberhaut befreien. Knoblauch andrücken und beiseitestellen. Rosmarin waschen, trockenwedeln und anschließend die Nadeln von den Zweigen abstreifen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Lammfilets darin von allen Seiten kräftig anbraten. Rosmarin und Knoblauch hinzugeben. Während das Fleisch in der Pfanne ist mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor Garende Butter in die Pfanne geben, Lammfilets in der Butter schwenken und vor dem Servieren einige Minuten in der Pfanne ruhen lassen.

Für den Gurkensalat:

Gurken waschen, trockentupfen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Schnittlauch waschen, trockenwedeln und in feine Röllchen schneiden. Peperoni waschen und in feine Ringe schneiden. Öl, Essig und Honig miteinander vermengen und zusammen mit den Gurkenscheiben in eine Schale geben. Mit Peperoni, Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Schluss Schnittlauchröllchen hinzugeben und alles miteinander vermengen.

Für die Kräuterbutter:

Die Kräuter waschen, trockenwedeln und fein schneiden. Butter in eine Schale geben. Knoblauch abziehen und durch eine Knoblauchpresse in die Butter drücken. Kräuter ebenfalls hinzugeben. Alles gut vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Ira Ferentschak am 06. März 2023

Lamm und Gemüse im Tontopf, Yufkabrot, Löffel-Salat

Für zwei Personen

Für Lamm und Gemüse:

| | | |
|------------------------------------|-----------------------|----------------------------|
| 500 g Lammlachs | 200 g Rispentomaten | 4 grüne Spitzpaprika |
| $\frac{1}{2}$ grüne Paprikaschoten | 250 g kleine Zwiebeln | 1 Knolle Knoblauch |
| 125 g Butter | 1 EL Tomatenmark | 1 TL edelsüß Paprikapulver |
| 1-2 Lorbeerblatt | 1-2 Nelken | 1 Msp. Zimt |
| 1 TL Honig | 100 g Mehl | 1 EL Öl |
| 1 TL Salz | 1 TL Pfeffer | |

Für das Yufkabrot:

| | | |
|--------------------------|----------------------|------------------------------|
| 50 ml Milch | 250 g Mehl, Type 405 | 1 gestrichener TL Backpulver |
| 1 gestrichener TL Zucker | 30 ml Öl | 1 TL Salz |

Für den Löffelsalat:

| | | |
|-----------------------|-----------------------|---------------------------|
| 1 Rispentomate | $\frac{1}{2}$ Gurke | 1 grüne Spitzpaprika |
| 1 rote Zwiebel | 1 Zitrone, davon Saft | 4 Stile glatte Petersilie |
| 3 EL Granatapfelsirup | 1 Msp. Sumak | 3 EL Olivenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für Lamm und Gemüse:

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lamm in Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und ganz lassen. Paprika halbieren, entkernen und in ca. 2 cm breite Stücke schneiden. Tomaten schälen und klein schneiden. Öl in einem Topf erhitzen und Lamm darin anbraten. Nach etwa 5 Minuten Knoblauch, Zwiebeln und Paprika dazugeben und weiter köcheln lassen. Tomatenmark und Tomaten hinzufügen. Zum Schluss Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Lorbeerblätter, Nelken, Zimt und Honig hinzufügen und weitere 3 Minuten köcheln lassen.

Den Tontopf gründlich ausspülen und mit Lamm und Gemüse füllen.

Aus 10 ml Wasser und Mehl einen Teig herstellen und damit den Tontopf luftdicht verschließen. Den Tontopf für mindestens 20 Minuten im Ofen backen.

Für das Yufkabrot:

Milch lauwarm erhitzen und mit Mehl, Öl, Backpulver, Zucker, Salz und 100 ml lauwarmen Wasser zu einem gatten Teig kneten. Der Teig kann direkt weiterverarbeitet werden oder je nach Zeit auch etwas Ruhen.

Dünn ausrollen und in einer beschichteten Pfanne ausbacken.

Für den Löffelsalat:

Tomaten halbieren und klein schneiden. Gurke kleinschneiden. Zwiebel abziehen und klein hacken. Paprika halbieren, entkernen und klein schneiden. Petersilie hacken. Das Gemüse mit Öl, Sirup und Zitronensaft verrühren. Petersilie unterheben. Salat mit Salz, Pfeffer und Sumak abschmecken.

Der Tontopf kann mithilfe eines Hammers oder Messerrücken an einer Einkerbung aufgeschlagen werden. Dazu Brot und Salat reichen.

Derya Buyantemur am 13. Februar 2023

Lamm-Filet mit Bulgur und Kräuter-Joghurt im Salatblatt

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

| | | |
|------------------|----------------------|--------------------|
| 200 g Lammfilet | 100 ml Rotwein | 2 TL Ras el-Hanout |
| 1 EL Tomatenmark | 1 EL flüssiger Honig | 2 EL Olivenöl |
| 1 Zweig Rosmarin | Chiliflocken | Salz |

Für den Bulgur:

| | | |
|-------------------------------|--------------------------|-------------------|
| 100 g Bulgur | 1 Frühlingszwiebel | 1 Knoblauchzehe |
| $\frac{1}{2}$ Bund Möhrengrün | 1 EL getrock. Öl-Tomaten | 250 ml Gemüsefond |
| 2 EL Olivenöl | | |

Für den Kräuter-Joghurt:

| | | |
|----------------------------|-------------------------------|----------------|
| 100 g griech. Joghurt, 10% | $\frac{1}{2}$ Bund Petersilie | 4 Stiele Minze |
| 3 Stiele Koriander | | |

Für den Gurken-Mango-Salat:

| | | |
|--------------------------|---------------|-----------|
| $\frac{1}{2}$ Salatgurke | 1 reife Mango | 1 Limette |
| 1 Stiel Minze | Salz | Pfeffer |

Für die Fertigstellung:

$\frac{1}{2}$ Kopfsalat

Für die Garnitur:

1 Granatapfel

Für das Lammfilet:

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und das Lammfilet von allen Seiten ca. 1 Minute darin anbraten. Mit Ras el-Hanout, Tomatenmark, Honig und etwas Salz würzen. Rosmarin hinzugeben. Rotwein hinzufügen und eine weitere Minute unter Rühren garen. Chiliflocken darüber streuen und die Pfanne vom Herd nehmen.

Für den Bulgur:

Frühlingszwiebeln putzen und in ca. 0,5 cm große Stücke schneiden.

Möhrengrün waschen, trocknen und feinhacken. Knoblauchzehe abziehen, klein hacken und in Olivenöl andünsten. Frühlingszwiebel und Möhrengrün hinzufügen, umrühren und 1 Minute köcheln lassen. Bulgur hinzufügen, umrühren und mit Gemüsefond auffüllen. Zugedeckt ca. 10 bis 15 Minuten al dente garen. Getrocknete Tomate klein schneiden und mit dem Bulgur mischen. Vom Herd nehmen.

Für den Kräuter-Joghurt:

Kräuter hacken. Joghurt mit Salz, Pfeffer und den kleingehackten Kräutern glattrühren.

Für den Gurken-Mango-Salat:

Gurke schälen, entkernen und fein würfeln. Limette halbieren und den Saft auspressen. Mango schälen, Fruchtfleisch in Würfel schneiden, mit ca. 3 EL Limettensaft beträufeln und mit den Gurkenwürfeln vermengen.

Minze hacken und mit dem Salat vermengen. Salzen und pfeffern.

Für die Fertigstellung:

Salatblätter einzeln ablösen, waschen und trockentupfen.

Für die Garnitur:

Granatapfel halbieren und ca. 2 EL von den Kernen auslösen. Als Garnitur verwenden.

Matho Mathlouthi am 10. Januar 2023

Lamm-Karree, Honig-Soße, Bratkartoffeln

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

| | | |
|-----------------------------|-----------------|-----------------|
| 2 Lammkarrees (je 4 Stiele) | 1 Knoblauchzehe | 1 Zweig Thymian |
| Pflanzenöl | Grobes Meersalz | Pfeffer |

Für die Bratkartoffeln:

| | | |
|----------------------|-------------------------|------------------|
| 50 g Speck am Stück | 500 g festk. Kartoffeln | 1 kleine Zwiebel |
| 3 Halme Schnittlauch | Pflanzenöl | Salz, Pfeffer |

Für die Kirschtomaten:

| | | |
|-------------------------|----------|---------------|
| 1 Strauch Kirschtomaten | Olivenöl | Salz, Pfeffer |
|-------------------------|----------|---------------|

Für die Honig-Thymian-Sauce:

| | | |
|---------------------------|-----------------|----------------------|
| 1 kleine Zwiebel | 1 Knoblauchzehe | 1 EL Crème-fraîche |
| 100 ml trockener Weißwein | 100 ml Lammfond | 1 EL flüssiger Honig |
| 50 g Butter | 50 g Mehl | 1 Zweig Thymian |
| Pflanzenöl | Salz | Pfeffer |

Für das Lammkarree:

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen. Knoblauch abziehen und Zehen andrücken. Thymian anbrechen. Lammkarree mit Öl einreiben und mit Thymian und Knoblauch aromatisieren. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin von allen Seiten scharf anbraten. Anschließend in den vorgeheizten Backofen geben und für 15 Minuten garen. Fleisch kurz vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Bratkartoffeln:

Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Anschließend die Kartoffelwürfel in kochendem Salzwasser garen. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Speck ebenfalls fein würfeln. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Reichlich Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin goldbraun braten. Nun Speck und Zwiebel hinzugeben und kurz mitbraten. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen.

Bratkartoffeln vor dem Servieren auf einem Tuch abtropfen lassen und anschließend mit Schnittlauch garnieren.

Für die Kirschtomaten:

Kirschtomaten waschen und trockentupfen. Kirschtomaten in eine kleine Pfanne geben, mit Olivenöl bedecken und bei kleiner Hitze konfieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Honig-Thymian-Sauce:

Butter und Mehl miteinander vermengen und beiseitestellen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und zunächst die Zwiebel darin anrösten. Wenn die Zwiebel angeschwitzt ist den Knoblauch hinzugeben und ebenfalls anschwitzen. Anschließend mit Weißwein ablöschen und auf 1/3 Flüssigkeit reduzieren.

Thymianzweig durchbrechen und hinzugeben. Anschließend mit Lammfond auffüllen und Crème fraîche einrühren. Das Ganze für 10 Minuten köcheln lassen. Sauce mit Honig, Salz und Pfeffer abschmecken und mit der Mehlbutter andicken. Sauce vor dem Servieren passieren und mit einem Pürierstab glattziehen.

Peter Hoebertz am 02. Januar 2023

Lamm-Rücken auf Orangen-Schoko, Bohnen-Gemüse, Erbsen

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

| | | |
|-----------------|-----------------|-------------------|
| 250 g Lammlachs | 750 ml Olivenöl | 2 Zweige Rosmarin |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Orangen-Schokolade:

| | | |
|-----------------|---------------|-----------------------|
| 250 ml Lammfond | 60 ml Rotwein | 20 g Schokolade, 100% |
| 1 Orange | 1 EL Butter | Salz |

Für das Bohngemüse:

| | | |
|-------------------------------|-------------------|---------------|
| 300 g grüne dicke Bohnenkerne | 4 Mini-Möhren | 5 Rosenkohl |
| 2 Zwg. Zitronen-Thymian | 250 ml Gemüsefond | 40 ml Verjus |
| 5 g Honig | Butter | Salz, Pfeffer |

Für den Erbsenstampf:

| | | |
|-----------------|---------------------------|------|
| 250 g TK-Erbsen | 50 g griechischer Joghurt | Salz |
|-----------------|---------------------------|------|

Für den Lammrücken:

Das Olivenöl in einem Topf auf 65 Grad erwärmen und den Lammlachs mit Rosmarin hinzufügen. Die Temperatur konstant halten und die Kerntemperatur des Fleisches prüfen, bis 55 Grad erreicht sind. Das Lamm etwa 15-20 Minuten garen.

Kurz vor dem Erreichen der gewünschten Kerntemperatur von 55 Grad eine Grillpfanne ohne Öl auf maximale Hitze vorheizen. Das Lamm von beiden Seiten ganz kurz anrösten und einen Moment ruhen lassen.

Danach das Lamm in portionsgerechte Stücke tranchieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Orangen-Schokoladen:

Lammfond zusammen mit Rotwein auf geringer Hitze langsam auf etwa die Hälfte reduzieren lassen. Den reduzierten Lammfond vom Herd nehmen und die Schokolade langsam einrühren. Die Sauce sollte jetzt keiner weiteren Wärmezufuhr ausgesetzt sein, sonst wird sie bitter. Für einen leichten Schmelz noch ein kleines Stück Butter einrühren.

Orangenschale abreiben und die Sauce mit etwas Salz und Orangenabrieb abschmecken.

Für das Bohngemüse:

Gemüsefond zusammen mit Verjus auf etwa die Hälfte der Menge einreduzieren. Honig und gezupfte Thymianblätter zugeben und mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken.

Die geschälten Möhren in Butter kräftig anrösten und danach bissfest garen. Bohnenkerne und die Möhren erst in heißer Butter, danach in dem reduzierten Verjus-Honig-Fond schwenken.

Zum Schluss noch ein paar gezupfte Rosenkohlblätter in Butter rösten und als Topping auf das Gemüse geben.

Für den Erbsenstampf:

Erbsen in kochendes Wasser geben und ca. 5 Minuten köcheln lassen, dann abgießen. Anschließend mit dem Kartoffelstampfer bearbeiten, salzen und die Masse mit Joghurt vermengen.

Michael Hasselbusch am 13. Dezember 2022

Lamm-Filet, Rotwein-Soße, Kartoffel-Püree, Orangen-Gel

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

| | | |
|-----------------------|------------------|-------------------|
| 4 Lammfilets | 80 g Hühnerfilet | 40 ml kalte Sahne |
| 2 Tramezzini-Scheiben | Butterschmalz | Salz , Pfeffer |

Für die Rotwein-Sauce:

| | | |
|--------------------------------|-------------|----------------|
| 30 g Zartbitterschokolade, 70% | ½ Orange | 200 ml Rotwein |
| 4 EL Rinderfond | 2 EL Zucker | 1 Zimtstange |
| Salz | | |

Für das Kartoffelpüree:

| | | |
|---------------------------|--------------|--------------|
| 400 g mehligk. Kartoffeln | 200 g Butter | 150 ml Sahne |
| Muskatnuss | Salz | |

Für das Orangen-Gel:

| | | |
|------------------|-------------|--------------|
| 2 Orangen | 20 g Zucker | 3 g Agartine |
| 1 Schale mit Eis | | |

Für das Lammfilet:

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Hühnerfilet grob würfeln und mit Salz und Pfeffer in einen Zerkleinerer geben. Die kalte Sahne nach und nach dazu geben, bis eine feine und cremige Konsistenz entsteht. In eine kleine Schüssel umfüllen und kaltstellen.

Silberhaut an den Lammfilets quer zur Faser einritzen. Die Filets bei sehr hoher Hitze kurz in Butterschmalz anbraten. Aus der Pfanne nehmen und zur Seite legen.

Tramezzini-Scheiben mit der Farce bestreichen, je zwei Lammfilets auf eine Scheibe legen und eng einwickeln. Röllchen in Butterschmalz von allen Seiten knusprig anbraten und im vorgeheizten Ofen nachgaren.

Für die Rotwein-Sauce:

Eine Orangescheibe abschneiden. Rotwein mit der Zimtstange und der Orangescheibe um etwas weniger als die Hälfte in einem Topf einkochen. Hitze stark reduzieren, Orangescheibe und Zimtstange entfernen. Schokolade, Rinderfond, Zucker und Salz hinzufügen und kräftig rühren. Die Sauce soll eine sirupartige Konsistenz erreichen.

Für das Kartoffelpüree:

Kartoffeln schälen und in kochendes Wasser geben.

Butter in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze schmelzen und zu einer ganz leichten Nussbutter bräunen, dann mit der Sahne ablöschen. Hitze reduzieren. Kartoffeln abgießen und kurz ausdämpfen lassen.

Kartoffeln durch ein Sieb in den Topf mit der Sahne-Butter streichen, vorsichtig verrühren und mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss würzen.

Für das Orangen-Gel:

Orangenschale abreiben. Orangen halbieren und 200 ml Saft auspressen. Orangensaft mit Abrieb und Zucker aufkochen, vom Herd nehmen und Agartine einrühren. Sobald die Masse geliert ist, mit einem Pürierstab zu einem feinen Gel mixen. In ein flaches, breites Gefäß geben und im Eisbad abkühlen lassen.

Lukas Kurth am 05. Dezember 2022

Lamm-Karree, Pistazien-Kruste und Spitzkohle

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

| | | |
|------------------|--------------------------|-------------------|
| 400 g Lammkarree | 1 Knoblauchzehe | 50 g Parmesan |
| 50 g Butter | 50 g geröstete Pistazien | 50 g Semmelbrösel |
| 1 Zweig Rosmarin | 1 Zweig Thymian | |

Für den Spitzkohl:

| | | |
|-------------------------|-----------|---------------------|
| $\frac{1}{2}$ Spitzkohl | 1 Zitrone | 200 g Crème fraîche |
| 200 ml Gemüsefond | 1 TL Senf | Muskatnuss |
| Öl | Salz | |

Für das Birnen-Zwiebel-Confit:

| | | |
|---------------|--------------|--------------------|
| 2 feste Birne | 2 Schalotten | 200 ml Birnenessig |
| 20 g Zucker | 30 g Butter | Öl, Salz |

Für die Pastinakencreme:

| | | |
|------------------|--------------|--------------|
| 300 g Pastinaken | 2 Schalotten | 300 ml Sahne |
| 50 g Butter | Salz | |

Für die Rotweinreduktion:

| | | |
|--------------------------|-------------------|--------------------------|
| 300 ml trockener Rotwein | 200 ml Wildfond | 200 ml dunkler Balsamico |
| 1 EL Tomatenmark | 1 EL Speisestärke | 2 Sternanis |
| 1 Stange Zimt | 50 g kalte Butter | |

Für das Lammkarree: Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Knoblauch abziehen und andrücken. Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. In einer Pfanne mit Öl, Lammkarree mit Knoblauch und Kräutern scharf von allen Seiten anbraten. Anschließend im Ofen gar ziehen lassen. Pistazien fein hacken und Parmesan fein reiben. In einer kleinen Schüssel mit Semmelbröseln und Butter zu einem Brei rühren.

Masse auf Lammkarree verteilen und im Ofen bei starker Oberhitze zu einer Kruste backen.

Für den Spitzkohl: Spitzkohl waschen und in feine Streifen schneiden. In einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Etwas Gemüsefond hinzugeben und leicht köcheln lassen. Zitrone heiß abwaschen und Schale abreiben. Auspressen und einen Teil des Saftes für das Pastinakenpüree beiseitestellen. Spitzkohl mit Crème fraîche abbinden und mit Salz, Muskatnuss, Zitronenabrieb, Saft und Senf abschmecken.

Für das Birnen-Zwiebel-Confit: Schalotten abziehen und fein würfeln. In einem Topf mit etwas Öl andünsten. Birne waschen, schälen, vom Kerngehäuse befreien und ebenfalls in feine Würfel schneiden. Mit zu Schalotten geben. Mit Birnenessig ablöschen und Butter hinzugeben. Mit Salz und Zucker abschmecken und einkochen bis die Zwiebeln und Birnen weich sind.

Für die Pastinakencreme: Pastinaken schälen und in kleine Würfel schneiden. Schalotte abziehen, in kleine Würfel schneiden und in einem Topf mit Öl andünsten.

Pastinaken, Sahne und etwas Salz hinzugeben und leicht köcheln bis die Pastinaken weich sind. Mit Butter und Zitrone abschmecken und pürieren.

Für die Rotweinreduktion: Balsamico in einem Topf reduzieren. Anschließend mit Rotwein und Wildfond aufgießen und einkochen. Sternanis und Zimt hinzugeben und erneut einkochen. Zimt und Sternanis entfernen und mit kalter Butter aufmontieren.

Marko Dietrich am 15. November 2022

Lamm-Geschnetzeltes, Couscous, Salz-Zitronen-Gremolata

Für zwei Personen

Für das Lamm-Geschnetzelte:

| | | |
|------------------------------|-------------------------------------|--|
| 400 g Lammlachse | 150 g frischer Babyspinat | 1 rote Zwiebel |
| 1 Knoblauchzehe | $\frac{1}{2}$ Dose Kichererbsen | $\frac{1}{2}$ Dose gestückelte Tomaten |
| 1 kleine rote Chilischote | 50 g getrock. Datteln | 1 Orange |
| 1 Zitrone | 2 EL Joghurt, 3,5% | $\frac{1}{2}$ EL Olivenöl |
| 1 EL Butterschmalz | 1 TL Harissapaste | 3 Kardamomkapseln |
| 1 EL edelsüßes Paprikapulver | $\frac{1}{2}$ -1 TL Chakalakagewürz | 1 Msp. Zimt |
| 1 Msp. Kreuzkümmel | Salz | Pfeffer |

Für den Couscous:

| | | |
|---------------|--------------------------------|----------------------------|
| 80 g Couscous | 1 rote Paprika | 150 ml Gemüsefond |
| 1 Zitrone | 1 Zweig Minze | 2 Zweige glatte Petersilie |
| 1 EL Arganöl | $\frac{1}{4}$ TL Ras el Hanout | 1 Msp. Kurkuma |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Gremolata:

| | | |
|-----------------------------|----------------------------|------------------------------|
| $\frac{1}{2}$ Salzzitrone | 4 Zweige glatte Petersilie | 4 Zweige Minze |
| $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe | 1 cm rote Chilischote | 3 entsteinte schwarze Oliven |
| $\frac{1}{2}$ Zitrone | Salz | |

Für die Garnitur:

| | | |
|--------------------------|-----------------------------|-------------------|
| 2 Kapuzinerkresse-Blüten | getrock. Ringelblumenblüten | 50 g Mandelstifte |
| 1 EL Butter | | |

Für das Lamm-Geschnetzelte:

Die Kardamomkapseln ausdrücken und den Samen im Mörser fein zerstoßen. Lammlachse in Streifen schneiden und mit Olivenöl, zerstoßenem Kardamom, Chakalakagewürz, Zimt und Kreuzkümmel in einer Schüssel marinieren.

Kichererbsen separat in wenig Öl bei mittlerer Hitze 5 Minuten leicht anbraten. Zwiebel abziehen, halbieren, in feine Streifen schneiden, Knoblauchzehe abziehen und in feine Würfel schneiden. Datteln ebenfalls in Würfel schneiden. 1 cm der Chilischote (ohne Kerne) in Streifen schneiden. Eine Pfanne mit dem Butterschmalz erhitzen und die marinierten Lammstreifen rundherum scharf anbraten. Danach salzen.

Aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller zur Seite stellen.

Zwiebelstreifen und die Knoblauchwürfel in derselben Pfanne leicht anschwitzen, nicht bräunen. Die kleingeschnittenen Datteln dazugeben und 5 Minuten mit dünsten, Paprikapulver dazugeben. Kurz schwenken.

Gebratene Kichererbsen und gestückelte Tomaten und den gewaschenen Babyspinat dazu, erhitzen und kurz aufkochen lassen.

Orange auspressen, Saft einer halben Orange dazugeben und kurz aufkochen. Den gewaschenen Babyspinat dazugeben und einmal aufkochen lassen. Mit Harissapaste abschmecken. Hälfte des Joghurts unterrühren. Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken. Etwas von den Chilistreifen dazugeben. Mit Orangenabrieb und Zitronenabrieb nochmals abschmecken. Lammlachstreifen dazugeben und alles gut in der Pfanne schwenken.

Für den Couscous:

Gemüsefond mit den Gewürzen zum Kochen bringen und den Couscous damit übergießen und ca. 10 Minuten quellen lassen.

Mit der Gabel auflockern, nochmals abschmecken mit Zitronensaft und etwas Zitronenabrieb und das Arganöl dazugeben. Paprika schälen, in kleine Würfel schneiden. Petersilien- und Minzeblätter kleinhacken und alles zum Couscous geben. Nochmal abschmecken und servieren.

Für die Gremolata:

Petersilienblätter- und Minzblätter von den Stielen abzupfen und kleinschneiden. Oliven sehr fein würfeln und Knoblauch zerdrücken.

Chili fein würfeln. Salzzitrone in kleine Würfel schneiden, Kerne entfernen und alle Zutaten in einer kleinen Schüssel vermengen. Mit Salz, Zitronensaft und Zitronenabrieb abschmecken.

Für die Garnitur:

Butter in einer Pfanne erhitzen und die die Mandelstifte darin gut anrösten bis sie goldbraun sind.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Blüten garnieren und servieren.

Cordula Pollok am 07. November 2022

Lamm-Karree mit Pistazien-Kruste, Möhren, grünen Bohnen

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

| | | |
|------------------|-----------------|------------------------|
| 500 g Lammkarree | ½ Schalotte | 50 geschälte Pistazien |
| 1 Ei | Butter | 1 EL Dijonsenf |
| 1 Zweig Rosmarin | 50 g Paniermehl | Salz, Pfeffer |

Für die Möhren und den Sud:

| | | |
|------------------------------------|-------------|---------------|
| 300 g Karotten mit Grün/Bundmöhren | 2 Orangen | 150 g Butter |
| ½ Vanilleschote | 1 EL Zucker | Salz, Pfeffer |

Für die Bohnen:

| | | |
|--------------------|----------|---------------|
| 100 g grüne Bohnen | Olivenöl | Salz, Pfeffer |
|--------------------|----------|---------------|

Für das Lammkarree:

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Karree parieren, mit Salz und Pfeffer würzen und dann in einer vorgewärmten Pfanne auf beiden Seiten ca. 5 Minuten anbraten. Zum Schluss etwas Butter und Rosmarin in die Pfanne geben und das Fleisch damit arrosieren. Das Fleisch nach dem Anbraten in den vorgeheizten Ofen geben.

Schalotte abziehen und fein hacken. Schalotten in Butter glasig anschwitzen. Pistazien hacken. Ei trennen und das Eiweiß auffangen.

Pistazien, Eiweiß, Paniermehl, Salz und Pfeffer vermengen. Schalotten unterheben.

Das Fleisch nach ca. 7 Minuten aus dem Ofen nehmen, auf der Rückseite leicht mit Dijonsenf bestreichen und die Kruste anbringen.

Zurück in den Ofen geben und weitere 7-8 Minuten fertig garen.

Nach dem Garen kurz ruhen lassen, dann aufschneiden.

Für die Möhren und den Sud:

Bundmöhren schälen und das Grün bis auf 2 cm abschneiden. Orangen halbieren und den Saft auspressen.

Zucker in einer Pfanne schmelzen und mit Orangensaft ablöschen.

Vanilleschote längst halbieren, Vanillemark auskratzen und beides in die Pfanne geben. Butter unterrühren. Möhren in die Pfanne geben, mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken und bei geringer Hitze ca. 10 Minuten bissfest dünsten.

Für die Bohnen:

Bohnen in Salzwasser kurz blanchieren und bissfest herausnehmen.

Anschließend in etwas Olivenöl in einer Pfanne fertig braten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu kleinen Päckchen binden.

Marius Hans am 04. Oktober 2022

Lamm-Kotelett, Rotwein-Reduktion, Couscous, Erbsen-Püree

Für zwei Personen

| | | |
|-------------------------------------|---------------------------|------------------------|
| Für die Lammkoteletts: | 4 Lammkoteletts mit Stiel | 4 Knoblauchzehen |
| 1 Zweig Rosmarin | 2 EL Olivenöl | 2 EL Butter |
| 1 Msp. Chilipulver | Salz | Pfeffer |
| Für die Rotwein-Reduktion: | 1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe |
| 1 Zweig marokkanische Minze | 2 EL Butter | 150 ml Rotwein |
| 50 ml Lammfond | 1 EL Balsamico-Creme | 1 EL Honig |
| 2 EL Zucker | Salz | Pfeffer |
| Für das Erbsen-Ingwer-Püree: | 150 g feine TK-Erbsen | 1 kleine weiße Zwiebel |
| 1 Knoblauchzehe | 1 Zitrone | 3 cm Ingwer |
| 50 g Crème Double | 100 ml Gemüsefond | 1 EL Olivenöl |
| 1 TL Zucker | Muskatnuss | Salz, Pfeffer |
| Für den Couscous: | 80 g Couscous | 50 g Zucchini |
| 50 g Karotte | 50 g rote Paprika | 1 rote Peperoni |
| 1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe | 2 EL Olivenöl |
| Ras el Hanout, Salz | | |
| Für die Garnitur: | 1 Zweig Rosmarin | |

Für die Lammkoteletts: Den Backofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammkoteletts mit Küchenpapier trocken tupfen und mit Salz, Pfeffer und Chilipulver würzen. Knoblauch abziehen und mit Butter, Olivenöl und Rosmarin in eine Grillpfanne geben. Koteletts hinzugeben und von beiden Seiten 1 Minute anbraten. Anschließend in Alufolie einwickeln und im Backofen ca. 8-10 Minuten fertig garen, bis eine Kerntemperatur von 56 Grad erreicht ist. Danach das Fleisch 5 Minuten ruhen lassen.

Für die Rotwein-Reduktion: Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Kurz in einer Pfanne mit Butter anschwitzen. Zucker hinzugeben und karamellisieren. Mit Rotwein ablöschen und reduzieren. Balsamico, Honig, Minze und Lammfond hinzugeben und nochmals reduzieren. Dann durch ein feines Sieb passieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Erbsen-Ingwer-Püree: Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Mit den Erbsen zusammen in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. Ingwer schälen und fein reiben. Gemüsefond, Ingwer und Zucker hinzugeben und ca. 8 Minuten weichkochen. Erbsen durch ein Sieb abgießen und die Flüssigkeit aufbewahren. 2 EL davon zu den Erbsen geben und mit dem Mixer fein pürieren. Zitronenschale abreiben. Erbsen durch ein feines Sieb streichen und mit Crème Double, Muskat, Salz, Zitronenabrieb und Pfeffer abschmecken.

Für den Couscous: Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Paprika und Peperoni halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und ebenfalls fein würfeln. Karotte und Zucchini waschen und fein würfeln. Alles zusammen in einer Pfanne mit Olivenöl anschwitzen. 120 ml Wasser hinzugeben und aufkochen lassen. Salz und Ras el Hanout hinzugeben und die Pfanne vom Herd nehmen. Couscous hinzugeben und ca. 5-8 Minuten ziehen lassen und dann gut umrühren. Bei Bedarf noch ein Schuss Olivenöl dazugeben.

Für die Garnitur: Rosmarin als Garnitur verwenden.

Kurt Raff am 26. September 2022

Lamm-Rücken mit Semmelbrösel-Topping, Ofentomaten

Für zwei Personen

Für die Drillinge mit Pesto:

| | | |
|------------------|---------------------------|------------------|
| 400 g Drillinge | 100 g Parmesan, 12 Monate | 2 Bund Basilikum |
| 50 g Pinienkerne | 300 ml Olivenöl | Salz |

Für den Lammrücken mit Topping:

| | | |
|-----------------------|--------------------------|-------------|
| 2 Lammlachse, à 150 g | 40 g getrock. Öl-Tomaten | 80 g Butter |
| 75 g Semmelbrösel | 1 Zweig Rosmarin | |

Für die Ofentomaten:

| | | |
|---------------------|---------------|---------------|
| 250 g Kirschtomaten | 1 EL Olivenöl | Salz, Pfeffer |
|---------------------|---------------|---------------|

Für die Drillinge mit Pesto:

Einen Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen, einen zweiten Ofen auf 120 Grad Umluft vorheizen.

Wasser im Topf erhitzen, Salz dazugeben und die Kartoffeln in kochendem Wasser gar kochen, danach abgießen.

Parmesan hobeln, Basilikum zupfen und mit den Pinienkernen in den Mixer geben. 1 TL Pinienkerne für die Garnitur aufbewahren. Das Öl nach und nach in den Mixer dazugeben. Übrigen Parmesan zur Seite legen.

Das Pesto und die Kartoffeln in eine Pfanne geben und kurz schwenken.

Die übrigen Pinienkerne in einer Pfanne rösten und vor dem Anrichten über das Gericht streuen.

Für den Lammrücken mit Topping:

30 g Butter in einer Pfanne erhitzen. Getrocknete Tomaten fein hacken und mit Semmelbrösel in der Pfanne rösten.

Eine zweite Pfanne mit übriger Butter erhitzen, Rosmarin dazugeben und Lammlachse 1 bis 2 Minuten von jeder Seite darin scharf anbraten.

Die Semmelbrösel-Mischung als Topping auf dem Fleisch verteilen und im vorgeheizten Ofen bei 80 Grad für 6 bis 8 Minuten in den Ofen geben.

Für die Ofentomaten:

Kirschtomaten am Stängel lassen, einschneiden und mit Öl, Salz und Pfeffer marinieren. Bei 120 Grad für 10 Minuten in den Ofen geben.

Vor dem Servieren mit übrigem Parmesan (s.o.) bestreuen.

Lars Kissmann am 26. September 2022

Lamm-Lachs, Rotwein-Soße, Kartoffel-Sellerie-Püree

Für zwei Personen

Für die Lammlachse:

| | | |
|---------------|------------------|-------------------|
| 2 Lammlachse | 2 Knoblauchzehen | 2 Zweige Rosmarin |
| 2 EL Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für die Rosmarin-Rotweinsauce:

| | | |
|-------------------|-------------------|------------------|
| 1 Schalotte | 1 Knoblauchzehe | 50 ml Sahne |
| 50 ml Rotwein | 100 ml Gemüsefond | 1 EL Tomatenmark |
| 2 Zweige Rosmarin | Salz | Pfeffer |

Für das Kartoffel-Sellerie-Püree:

| | | |
|--------------------------|-----------------------|---------------|
| 300 g mehlig. Kartoffeln | 200 g Knollensellerie | 125 ml Sahne |
| 100 g Butter | Muskatnuss | Salz, Pfeffer |

Für die Bohnen im Speckmantel:

| | | |
|----------------------|------------------------|-------------|
| 400 g Prinzessbohnen | 8 dünne Scheiben Speck | 3 EL Butter |
| Salz | | |

Für die Lammlachse:

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammlachse mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Olivenöl von allen Seiten anbraten. Knoblauchzehen abziehen und mit dem Messer andrücken. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und mit dem Knoblauch zum Lamm geben. Lammlachse danach mit Knoblauch und Rosmarinzweigen in Alufolie einwickeln und in den Ofen geben. Bei 57 Grad Kerntemperatur wieder aus dem Ofen nehmen und einige Minuten in der Alufolie ruhen lassen. Lammlachse vor dem Servieren anschneiden.

Für die Rosmarin-Rotweinsauce:

Pfanne mit dem Lammlachs-Bratensatz weiterverwenden. Schalotte und Knoblauch abziehen, feinhacken. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und mit Tomatenmark, Knoblauch und Schalotte in eine Pfanne geben und anbraten. Mit Rotwein ablöschen und den Fond angießen. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Sauce 8-10 Minuten köcheln lassen.

Sauce durch ein Sieb in einen Topf gießen, Sahne dazugeben und nochmal kurz erwärmen.

Für das Kartoffel-Sellerie-Püree:

Sahne im Topf erwärmen. Kartoffeln und Sellerie schälen, in Würfel schneiden und in einem Topf mit Salzwasser weichkochen. Danach abgießen und stampfen. Warme Sahne hinzufügen. Im Anschluss Butter kleinschneiden und unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Für die Bohnen im Speckmantel:

Bohnen putzen, in einem Topf mit kochendem Salzwasser 3-4 Minuten bissfest garen, abschrecken und abtropfen lassen. Bohnen zusammenlegen, mit Speck umwickeln und in einer Pfanne mit Butter bei kleiner Hitze braten.

Neel Nissen am 12. September 2022

Lamm-Karree Esterházy mit Rotwein-Soße, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

| | | |
|----------------------------|---------------------------------|---------------------------|
| Für das Gemüse: | 1 Stange Porree | 4 Möhren |
| 1 Kohlrabiknolle | 1 EL Butter | Öl, Muskatnuss |
| 1 TL Zucker | Salz, Pfeffer | |
| Für das Püree: | 4 mittlere festk. Kartoffeln | 50 g Parmesan |
| 200 ml Milch | 150 g Butter | 1 Zweig Thymian |
| 1 Zweig Oregano | $\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch | Muskatnuss, Salz |
| Für das Fleisch: | 2 Lammkarrees, à 200 g | 1 TL Butter |
| 2 Zweige Rosmarin | Olivenöl, Salz | |
| Für die Sauce: | 2 Schalotten | 150 ml halbtr. Rotwein |
| 100 ml Johannisbeer-Nektar | 50 ml Lammfond | 4 Flocken eiskalte Butter |
| 1 TL Zucker | Salz, Pfeffer | |

Für das Gemüse: Den Backofen auf 60 Grad Umluft vorheizen.

Porree putzen. Kohlrabi und Möhren schälen. Kohlrabiblätter waschen, trocken tupfen, evtl. halbieren und in sehr feine Streifen schneiden.

Gemüse in dünne, ca. 4 cm lange Streifen schneiden, in eine Schüssel geben und mit $\frac{1}{2}$ TL Salz und Zucker mischen. Zugedeckt beiseitestellen.

Frittierfett in einem kleinen Topf erhitzen und Kohlrabiblätter darin kurz (ca. 20 Sekunden) knusprig frittieren.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Gemüsestreifen mit dem entstandenen Sud zugeben und 12 Minuten unter Wenden dünsten. Gemüse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für das Püree: Kartoffeln schälen, waschen und in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Abgießen und im Topf ausdampfen lassen. Milch in einem Topf erhitzen. Butter in einem Topf zu Nussbutter werden lassen.

Kartoffeln kräftig mit Salz und Muskat würzen. Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse in die heiße Milch pressen. Nussbutter zugießen und kurz zu einem cremigen Püree verrühren. Etwas Parmesan darunter reiben.

Kräuter, bis auf etwas Schnittlauch zum Garnieren, unterrühren. Mit Salz und Muskat abschmecken. Warm halten.

Für das Fleisch: Fleisch trocken tupfen und mit Salz würzen. 1 EL Öl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen, Rosmarin dazu geben und Fleisch darin ringherum kräftig anbraten. Butter dazugeben, schmelzen lassen. Fleisch herausnehmen und im Ofen ca. 8 Minuten ziehen lassen.

Für die Sauce:

Schalotten abziehen und fein würfeln. Schalotten in die Pfanne vom Lamm geben und darin unter Wenden glasig dünsten. Zucker zugeben und leicht karamellisieren lassen. Mit Rotwein ablöschen. Fond in einen weiteren Topf gießen und beides auf etwa die Hälfte reduzieren lassen. Fond zur Rotweinreduktion gießen. Nektar einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sauce durch ein Sieb passieren und beiseitestellen.

Butter in Würfel schneiden. Sauce erhitzen. Butterwürfel mit einem Pürierstab in die Sauce mixen. Mit Salz und 1 Prise Zucker abschmecken Lammfilets aus dem Ofen nehmen. Aufschneiden und mit Gemüsestreifen, Püree, Sauce und frittierten Kohlrabi-Blättern auf Tellern anrichten. Mit Schnittlauch garnieren

Christine Lisku am 29. August 2022

Lamm-Karree, Bohnen-Creme, Pistazien-Petersilien-Pesto

Für zwei Personen

Für das Lamm:

| | | |
|------------------------------|--------------------|-------------------------------|
| 400 g Lammkarree | 1 Ingwerknolle | 100 g Paniermehl |
| 2 Zweige Minze | 1 TL Koriandersaat | 100 g Dijonsenf |
| $\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel | 1 TL Madras Curry | $\frac{1}{2}$ TL Ingwerpulver |
| 1 TL Chilipulver | 1 Prise Safran | 1 Prise Zimt |
| 1 TL Ras el Hanout | Salz | Pfeffer |

Für das Petersilien-Pesto:

| | | |
|--------------------------|-----------------|--------------------------|
| 1 Bund glatte Petersilie | 150 ml Olivenöl | 50 g geschälte Pistazien |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Bohnen:

| | | |
|---------------------------|-------------|----------------|
| 500 g weiße Bohnen (Dose) | 50 g Tahini | 50 ml Olivenöl |
| 1 Prise Zucker | Salz | Pfeffer |

Für die Pistazien:

| | |
|--------------------------|-------------|
| 50 g geschälte Pistazien | Shisokresse |
|--------------------------|-------------|

Für das Lamm:

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammracks in einer Pfanne in Pflanzenöl scharf anbraten.

Minze abbrausen und trockenwedeln. Paniermehl, Minze, Ingwer, Koriandersaat, Kreuzkümmel, Madras Curry, Ingwerpulver, Chilipulver, Safran, Zimt, Ras el Hanout, Salz, Pfeffer in einen Mixer zu einer Marinade verarbeiten.

Lamm mit Senf einstreichen und in der Orientkruste wälzen, anschließend medium im Ofen für ca. 10 Minuten garen.

Für das Petersilien-Pesto:

Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Petersilie, Olivenöl, Pistazien, Salz und Pfeffer mit einem Stabmixer grob pürieren und falls nötig nochmal nachwürzen.

Für die Bohnen:

Weißer Bohnen abgießen und mit Tahini, Olivenöl, Zucker, Salz und Pfeffer zu einer Creme pürieren. Gegebenenfalls Wasser für die gewünschte Konsistenz hinzufügen.

Für die Pistazien:

Pistazienkerne grob hacken und in der Pfanne anrösten. Kresse zupfen.

Brian Kammerer am 11. August 2022

Lamm-Filet mit Rotwein-Sud, Aubergine, Safran-Reis

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

200 g Lammfilet Öl

Für die Sauce:

| | | |
|-----------------------|----------------------|-------------------|
| 3 große Zwiebeln | 2 Knoblauchzehen | 1 Chilischote |
| 100 g Trockenpflaumen | 200 ml Rotwein | 200 ml Kalbsfond |
| 2 EL Himbeeressig | 3 EL Feigenmarmelade | 2 EL Sojasauce |
| 1 Bund Rosmarin | 1 Msp Kurkuma | 1 Msp Kardamom |
| 1 Prise Zimt | Zucker | Öl, Salz, Pfeffer |

Für die Auberginen:

| | | |
|--------------|---------|-------------|
| 2 Auberginen | Mehl | Currypulver |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Reis:

| | | |
|-------------|-----------------|-------------|
| 100 g Reis | 1 g Safranfäden | Currypulver |
| 50 g Butter | Salz | |

Für das Lammfilet:

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammfilet waschen und trockentupfen. Anschließend perfekt rechteckig schneiden und zur Seite legen.

Eine Pfanne mit Öl erhitzen und das Lammfilet von allen Seiten scharf anbraten. Anschließend in den Backofen geben und bei 140 Grad für 5 Minuten ziehen lassen.

Für die Sauce:

Zwiebeln und Knoblauch abziehen und hacken und mit den Gewürzen in einer Pfanne mit Öl anrösten.

Mit Rotwein und Kalbsfond ablöschen und ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Danach die Feigenmarmelade, Sojasauce, Chilischote und Himbeeressig hinzugeben und ruhen lassen. Mit den Gewürzen abschmecken.

Am Ende die Sauce mit einem Pürierstab mixen und durch ein Sieb geben, und kurz mit den Trockenpflaumen aufkochen.

Für die Auberginen:

Auberginen waschen und trockentupfen. Eine Aubergine halbieren und die Hälften jeweils mit einem Messer einschneiden und im Backofen bei 180 Grad 15 Minuten weich backen. Anschließend die Aubergine mit einer Gabel auskratzen und das Mus mit Salz, Pfeffer, Curry würzen und abschmecken. Die andere Aubergine in große Stücke schneiden und in Mehl hauchdünn mehlieren. Diese Auberginenstücke in einer Pfanne mit Rapsöl ausbacken.

Für den Reis:

Reis in einem Topf mit gesalzenem Wasser kochen. Anschließend mit Curry und den Safranfäden würzen. Anschließend Butter unter rühren.

Das Auberginenmus auf einen Teller streichen, den Reis daneben turmförmig platzieren. Die panierten Auberginenstücke auf den Teller geben. Das Lammfilet mit der Sauce beträufeln und servieren.

Chris Schabrau am 28. Juli 2022

Lamm-Filet mit Tabouleh, Granatapfel-Joghurt, Fladenbrot

Für zwei Personen

Für das Tabouleh:

| | | |
|--------------------------|-------------------------------|-------------------|
| 50 g feiner Bulgur | 1 Orange | 1 Zitrone |
| 35 g getrock. Tomaten | 30 g Pinienkerne | 150 ml Gemüsefond |
| $\frac{1}{2}$ Bund Minze | $\frac{1}{2}$ Bund Petersilie | 3 EL Olivenöl |

Für das Fladenbrot:

| | | |
|-----------------|--------------|---------------|
| 125 g Pizzamehl | 1 EL Quark | 7 g Hefe |
| 1 Prise Zucker | 1 Prise Salz | 1 EL Olivenöl |

Für das Lammfilet:

| | | |
|----------------------|------------------|------------------|
| 2 Lammfilets à 100 g | 2 Knoblauchzehen | 2 Zweige Thymian |
| 2 Zweige Rosmarin | 100 g Butter | 4 EL Olivenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Walnuss-Tomaten-Dip:

| | | |
|-----------------------------|----------------------------|-----------------------------|
| 50 g getrocknete Tomaten | 30 g Walnüsse | 2 Knoblauchzehe |
| 1 frische grüne Chilischote | 1 frische rote Chilischote | 1 getrock. rote Chilischote |
| 1 EL scharfes Paprikamark | 1 EL Adschika | 1 TL Sumak |
| 30 ml Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für den Granatapfel-Joghurt:

| | | |
|------------------------|-----------------------|---------------|
| 125 g Joghurt, 10% | $\frac{1}{2}$ Zitrone | 1 Granatapfel |
| 2 Zweige Minze | 1 TL Granatapfelsirup | 1 TL Honig |
| $\frac{1}{2}$ TL Sumak | Salz | Pfeffer |

Für das Tabouleh:

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen weiteren Backofen auf 230 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Gemüsefond aufkochen. Bulgur in einem Topf damit übergießen und zugedeckt etwa 20 Minuten ziehen lassen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Getrocknete Tomaten fein hacken. Beides mit Olivenöl unter fertigen Bulgur mischen. Petersilie und Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Beides unter Bulgur mischen. Zitrone und Orange waschen, Schale abreiben und Saft jeweils einer Hälfte auspressen. Andere Hälften für spätere Verwendung beiseitelegen. Tabouleh nach Belieben mit Zitrusabrieb und saft verfeinern und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für das Fladenbrot:

Mehl, Hefe, Quark, Zucker, und Salz mit 75 ml Wasser zu einem Teig verrühren. Teig ruhen lassen. Steinplatte und einen kleinen Topf in den vorgeheizten Backofen (230 Grad) stellen. Teig dünn ausrollen und Kreise ausstechen. Teigfladen auf den Stein in den Ofen geben und 6-8 Minuten backen lassen. Dann etwas Wasser zum Verdampfen in den Topf im Ofen geben.

Für das Lammfilet:

Lammfilets abwaschen, trockentupfen und von beiden Seiten salzen und pfeffern. Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln.

Knoblauch abziehen und Zehen andrücken. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und Kräuter und Knoblauch hineingeben und kurz dünsten. Dann das Lammfilet bei starker Hitze von beiden Seiten scharf anbraten.

Danach (bei Bedarf) für 4 Minuten in den vorgeheizten Ofen geben. In einer anderen Pfanne Butter zu Nussbutter werden lassen. Kurz vor dem Servieren Lammfilet mit Nussbutter beträufeln.

Für den Walnuss-Tomaten-Dip:

Knoblauch abziehen. Getrocknete Tomaten, Walnüsse und Knoblauchzehen in Multizerkleinerer

geben und miteinander vermischen.

Paprikamark, Adschika, Sumak und Olivenöl hinzugeben und nochmal mixen. Getrocknete rote Chilischote grob hacken.

Frische Chilischoten waschen und in Ringe schneiden. Chili-Ringe beiseitestellen zur Garnitur. Getrocknete Chili je nach gewünschtem Schärfegrad mit in den Dip geben und nochmals aufmischen. Zitronenhälfte vom Tabouleh auspressen und Dip mit Saft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Granatapfel-Joghurt:

Zitrone waschen, halbieren und eine Hälfte auspressen. Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Granatapfel öffnen und Kerne herauslösen. Joghurt mit Minze und Granatapfelkernen verrühren und mit Salz, Pfeffer, Sumak, Honig, Granatapfelsirup und Zitronensaft abschmecken.

Nurgül Üste am 11. Juli 2022

Heidschnucken-Rücken im Kräutermantel mit Frisée-Salat

Für zwei Personen

Für den Heidschnuckenrücken:

| | | |
|-------------------------------|-----------------------------|-------------------|
| 1 ausgel. Heidschnuckenrücken | 1 Knoblauchzehe | 1 Bund Petersilie |
| 1 Bund Kerbel | 1 kleines Bund Schnittlauch | Öl, Salz, Pfeffer |

Für die Herzoginkartoffeln: 350 g vorw. festk. Kartoffeln 2 Eier

1 EL Butter Muskatnuss, Salz

Für die Madeirasauce: 1 kleine Frühlingszwiebel 50 ml Madeira
50 ml trockener Rotwein 100 ml Rinderfond 1 EL Tomatenmark
10 g Butter Zucker, Salz Pfeffer

Für den Friséesalat: 100 g Friséesalat 1 Karotte
1 Apfel, z.B. Elstar 2 EL Walnusskerne 2 EL Ahornsirup
2 EL Weißweinessig 5 EL kaltgepresstes Rapsöl Salz, Pfeffer

Für den Heidschnuckenrücken: Einen Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze und einen zweiten Ofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Petersilie, Kerbel und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, fein hacken und vermischen. Fleisch salzen und pfeffern und in der Kräutermischung wälzen.

Knoblauch abziehen und halbieren. Öl in einer Pfanne erhitzen, den Knoblauch hineingeben. Fleisch in der Pfanne von allen Seiten anbraten.

Dabei dürfen die Kräuter nicht verbrennen. Fleisch anschließend im vorgeheizten Backofen bei 140 Grad bis zu einer Kerntemperatur von 62 Grad fertig garen.

Für die Herzoginkartoffeln: Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen. Abtropfen lassen und noch heiß durch eine Presse drücken. Eier trennen und die Eigelbe auffangen.

Ein Eigelb und die Butter untermengen und alles gut verrühren.

Kartoffelmasse mit Salz und Muskat abschmecken und in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Die Masse portionsweise auf das Backblech spritzen und dabei zu Rosetten formen. Die Rosetten mit dem restlichen Eigelb bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 10 Minuten goldbraun backen.

Für die Madeirasauce: Frühlingszwiebel putzen und in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne etwas Butter erhitzen und die Frühlingszwiebeln zusammen mit dem Tomatenmark anbraten. Mit Rotwein, Madeira und Rinderfond ablöschen.

Reduzieren lassen, bis die Sauce sähmig ist. Mit Salz und Pfeffer, eventuell etwas Zucker abschmecken. Kurz vor dem Servieren eventuell mit kalter Butter aufmontieren, wenn die Sauce zu flüssig ist.

Für den Friséesalat: Friséesalat putzen, grob zupfen, waschen und trockenschleudern.

Walnusskerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. 1 EL Ahornsirup unterrühren, kurz aufkochen und die Nüsse auf einem Teller abkühlen lassen. Weißweinessig mit 1 EL Wasser, Salz, Pfeffer und 1 TL Ahornsirup verrühren. Nach und nach Rapsöl unterrühren.

Apfel vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Apfelwürfel mit der Vinaigrette mischen. Karotte schälen und mit einem Sparschäler in dünne Streifen schneiden, alternativ Julienne schneiden. Zum gewaschenen Salat geben. Salat mit der Apfel-Vinaigrette mischen und mit den Walnüssen bestreut servieren.

Alissa Scheunemann am 25. April 2022

Lamm-Lachs mit Möhren-Püree, Chat-Masala-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

2 Lammlachse à 200 g 2 Knoblauchzehen 4 Zweige Thymian
Rapsöl Salz

Für das Möhrenpüree:

500 g Möhren 4 cm Ingwer 200 ml Gemüsefond
50 ml Mangosaft, 35% 8-10 Tropfen Chili-Soße (Sriracha) 150 g kalte Butter
Salz

Für die Kartoffeln:

350 g kleine Frühkartoffeln 1,5 TL Chat-Masala-Gewürz 1 TL Kurkuma
1 TL Kreuzkümmel 1 TL Schwarzkümmelsamen Muskatnuss
1 EL Olivenöl Salz Pfeffer

Für den Tamarinden-Ketchup:

1 EL Tamarindenpaste 1 TL Zucker ½ TL Chat-Masala-Gewürz

Für das Minz-Pistazien-Topping:

20 g Pistazien ½ Bund frische Minze 4 TL flüssiger Honig
2 EL Limettensaft 5 EL Traubenkernöl Meersalz-Flocken

Für das Fleisch: Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Lamm rundherum mit Salz würzen und in einer heißen Pfanne mit etwas Öl auf jeder Seite 2 Minuten scharf anbraten.

Knoblauch abziehen. Fleisch mit Thymian und Knoblauch in Alufolie wickeln und im Ofen auf mittlerer Schiene 7 Minuten gar ziehen lassen; herausnehmen und 2 Minuten ruhen lassen.

Für das Möhrenpüree: Ingwer fein schneiden. Möhren schälen und klein schneiden. In einem Topf mit Fond, Mangosaft, Ingwer und Sriracha weichkochen. Mit einem Mixer fein pürieren und nach und nach die kalte Butter untermixen.

Ggf. mit Sriracha, Salz und Mangosaft nachwürzen.

Für die Kartoffeln: Olivenöl, Chat Masala (indisches Gewürz), Muskatnuss, Kreuzkümmel, Kurkuma, Salz, Pfeffer in einer Schüssel verrühren.

Den Ofen auf 200°C vorheizen.

Kartoffeln ungeschält in 1 cm dünne Scheiben schneiden oder hobeln.

Wasser im Topf zum Kochen bringen und die Kartoffeln 6 min. kochen; abgießen, ausdampfen lassen und mit der Marinade mischen. Sodann die Kartoffeln auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und 20 min. im Ofen rösten.

Schwarzkümmelsamen als Garnitur verwenden.

Für den Tamarinden-Ketchup: In einer Schüssel Tamarindenpaste mit 2 TL Wasser, Zucker und Chat Masala mit einem Schneebesen verrühren.

Für das Minz-Pistazien-Topping: Minze abrausen und trockenwedeln. Pistazien, Minze, Limettensaft und Salz im Mixer mixen. Das Öl hinzugießen und emulgieren lassen. Honig hinzufügen und alles abschmecken. Das Möhrenpüree und die Kartoffeln auf einem Teller anrichten. Lamm in Scheiben schneiden und auf das Püree legen. Tamarinden-Ketchup über die Kartoffeln träufeln und mit Schwarzkümmelsamen bestreuen. Minz-Pistazien-Topping über die Lammscheiben träufeln.

Kris Santa am 11. April 2022

Lamm-Karree mit Kruste, Portwein-Jus, Kartoffel-Stampf

Für zwei Personen

Für die Portwein-Jus:

| | | |
|-------------------------------|--------------------------|---------------------------------|
| 125 g Lammknochen | 1 Karotten | $\frac{1}{2}$ Petersilienwurzel |
| $\frac{1}{2}$ Knollensellerie | 1 Lauchstange | 1 Schalotten |
| 1 Knoblauchzehen | 15 g Butterschmalz | 50 g kalte Butter |
| 125 ml Lammfond | 125 ml trockener Rotwein | 75 ml Portwein |
| 1 EL Tomatenmark | 3 Zweige Thymian | 1 Lorbeerblätter |
| 1 Zweig Rosmarin | Ahornsirup | Salz, Pfeffer |

Für den Parmesan-Kartoffelstampf:

| | | |
|------------------|--------------|-------------|
| 400 g Kartoffeln | 100 ml Milch | 50 g Butter |
| 60 g Parmesan | Muskatnuss | Salz |

Für die Rosmarin-Pistazien-Kruste:

| | | |
|-------------------|--------------------|--------------------------|
| 1 Zitrone | 25 g weiche Butter | 1 TL mittelscharfer Senf |
| 20 g Semmelbrösel | 25 g Pistazien | 2 Zweige Rosmarin |

Für das Lammkarree:

| | | |
|--------------------------|---------------|---------------|
| 1 Lammkarree à ca. 450 g | Butterschmalz | Salz, Pfeffer |
|--------------------------|---------------|---------------|

Für die Portwein-Jus:

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Butterschmalz in einem Topf schmelzen lassen, Lammknochen darin bei hoher Hitze anrösten, dann aus dem Topf nehmen und zur Seite stellen.

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Petersilienwurzel und Knollensellerie schälen und fein würfeln. Lauchstange putzen und etwa die Hälfte in kleine Stücke schneiden. Gemüse in den Topf geben und anrösten. Tomatenmark dazugeben und mit anrösten. Mit Rotwein ablöschen und mit Fond und Portwein angießen. Die Lammknochen wieder zurück in den Topf geben und alles zusammen reduzieren lassen.

Durch ein Sieb abgießen und nochmals aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Ahornsirup abschmecken und mit kalter Butter aufmontieren.

Für den Parmesan-Kartoffelstampf:

Kartoffeln schälen, waschen und in kochendem Salzwasser garen.

Wasser abschütten und leicht ausdämpfen lassen. Parmesan reiben.

Kartoffeln stampfen, Milch und Butter untermengen und abschließend Parmesan unterheben. Mit geriebener Muskatnuss und Salz abschmecken.

Für die Rosmarin-Pistazien-Kruste:

Pistazien im Multizerkleinerer fein hacken. Zitrone waschen und die Schale abreiben. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und die Nadeln abzupfen. Pistazien mit Rosmarin, Zitronenabrieb, Semmelbrösel, Senf und Butter zu einer glatten Paste mixen.

Für das Lammkarree:

Lammkarree waschen, trockentupfen und ggf. parieren. Kräftig salzen und nach Geschmack pfeffern. In einer heißen Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten scharf anbraten. In eine Auflaufform geben und in den vorgeheizten Ofen geben. Das Fleisch sollte eine Kerntemperatur von 55 Grad erreichen. Lamm aus dem Ofen nehmen und die Grillfunktion am Ofen einschalten. Lamm mit der Rosmarin-Pistazien-Kruste bestreichen und zurück in den Ofen stellen um es für 4 Minuten zu gratinieren. Danach kurz ruhen lassen und kurz vor dem Servieren anschneiden.

Arwin Muradian am 28. März 2022

Lammkarree, Kräuter-Kruste, Portwein-Soße, Buschbohnen

Für zwei Personen

Für die Kräuterkruste:

| | | |
|--------------------|------------------|------------------|
| 4 Zweige Rosmarin | 4 Zweige Thymian | 4 Knoblauchzehen |
| 100 g Semmelbrösel | 4 EL Olivenöl | 1 TL Salz |

Für das Lammkarree:

| | | |
|---------------------|---------------|---------------|
| 1 Lammkarree, 500 g | 5 EL Olivenöl | Salz, Pfeffer |
|---------------------|---------------|---------------|

Für die Portweinsauce:

| | | |
|-----------------------|------------------|----------------------|
| 200 g Kalbsabschnitte | 1 Schalotte | 1 Knoblauchzehe |
| 1 EL Butter | 1 TL Tomatenmark | 50 ml roter Portwein |
| 50 ml Rotwein | 100 ml Kalbsfond | Salz, Pfeffer |

Für die Bohnen:

| | | |
|-------------------------|-------------|--------------------|
| 300 g grüne Buschbohnen | 1 EL Butter | 1-2 TL Bohnenkraut |
| 2 Prisen Salz | Eiswasser | |

Für die Kartoffeln:

| | | |
|-------------------------|------------------|-----------------|
| 500 g festk. Kartoffeln | 1 Zweig Rosmarin | 1 Zweig Thymian |
| 2 EL Mehl | 2 EL Olivenöl | Salz, Pfeffer |

Für die Kräuterkruste:

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Rosmarin und Thymian abbrausen, trockenwedeln und die Nadeln bzw. Blättchen abzupfen. Knoblauch abziehen. Rosmarin, Thymian, Knoblauch, Semmelbrösel, Olivenöl und Salz in einen Multizerkleinerer geben und alles zu einer homogenen Masse verarbeiten.

Für das Lammkarree:

Lamm waschen, trockentupfen, parieren, mit Salz, Pfeffer würzen und in Olivenöl scharf anbraten. Bei 180°C für 20 min. bis zu einer Kerntemperatur von 50-55°C im Ofen garen.

Die zuvor hergestellte Kruste auf das Fleisch geben, den Backofen auf die Grillfunktion umstellen und die Kruste kross werden lassen.

Für die Portweinsauce:

Schalotte und Knoblauch abziehen, fein würfeln und in einem kleinen Topf mit Butter andünsten. Kalbsabschnitte und Tomatenmark hinzugeben und mit anrösten. Alles mit Portwein ablöschen. Auf die Hälfte reduzieren. Mit Rotwein aufgießen und die Flüssigkeit nochmals reduzieren lassen. Kalbsfond dazugeben und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Durch ein feines Sieb passieren und Sauce mit Salz und Pfeffer würzen. Sauce etwas eindicken lassen.

Für die Bohnen:

Bohnen waschen und die Enden abschneiden. In kochendes Salzwasser geben und kurz bissfest blanchieren. Anschließend in Eiswasser abschrecken. Bohnen zurück in den noch warmen Topf geben und in Butter, Salz und Bohnenkraut schwenken.

Für die Kartoffeln:

Kartoffeln schälen. In ca. 2 cm große Würfel schneiden.

In einer beschichteten Pfanne Olivenöl erwärmen und die Kartoffeln dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin und Thymian abbrausen, trockenwedeln und zu den Kartoffeln in die Pfanne geben.

Kartoffeln von allen Seiten gut anrösten. Sollten die Kartoffeln nicht knusprig werden, mit etwas Mehl bestäuben und kurz weiterbraten.

Carla Weissbacher am 07. März 2022

Lamm-Karree mit Chimichurri, Pfannenbrot, Joghurt, Möhren

Für zwei Personen

Für das Lammkarree:

| | | |
|---------------------------------|------------------|--------------------------|
| 400 g Lammkarree | 2 Knoblauchzehen | 1 EL Butter |
| 2 Zweige Rosmarin | 4 Zweige Thymian | 1 TL gemahl. Kreuzkümmel |
| 1 TL geräuchertes Paprikapulver | 2 EL Olivenöl | Salz, Pfeffer |

Für das Koriander-Chimichurri:

| | | |
|---------------------|----------------------------|-------------------|
| 2 Zweige Koriander | 4 Zweige glatte Petersilie | 2 Zweige Oregano |
| 3 Knoblauchzehen | 1 Limette | 2 EL Rotweinessig |
| 180 ml Olivenöl | 1 TL Chiliflocken | 1 TL Meersalz |
| 1 TL grober Pfeffer | | |

Für das Pfannenbrot:

| | | |
|-----------------------|-----------------------------|---------------|
| 150 g Mehl 405 | $\frac{1}{2}$ TL Backpulver | 80 ml Milch |
| 25 g Butter | 1 Prise Zucker | 2 EL Speiseöl |
| $\frac{1}{2}$ TL Salz | | |

Für den Kräuter-Joghurt:

| | | |
|--------------------|--------------|---------------|
| 200 g Naturjoghurt | 1 Schalotte | 1 Zitrone |
| 1 Zweig Petersilie | 1 Zweig Dill | 1 Zweig Minze |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Harrissa-Karotten:

| | | |
|----------------------------|-----------------------|---------------|
| 200 g kleine, junge Möhren | 50 g Granatapfelkerne | 1 Zitrone |
| 1 EL Butter | 1 TL Honig | 1 EL Harissa |
| 1 Zweig Koriander | 1 TL Kreuzkümmelsamen | 1 EL Olivenöl |
| Salz | | |

Für das Lammkarree:

Einen Backofen auf 150 Grad Umluft vorheizen, einen zweiten Ofen auf 230 Grad Umluft vorheizen.

Lammkarree mit etwas Olivenöl, Kreuzkümmel und dem Paprikapulver einreiben. Rosmarin und Thymian waschen und trockenwedeln.

Knoblauch abziehen und klein hacken. Fleisch in einer heißen Pfanne mit den Kräutern und dem Knoblauch scharf von allen Seiten anbraten und 1 EL Butter hinzugeben. Fleisch aus der Pfanne nehmen und für etwa 20 Minuten in den vorgeheizten Ofen auf ein Backblech geben bis eine Kerntemperatur von 60 Grad erreicht ist. Dann das Lamm aus dem Ofen nehmen und etwas ruhen lassen. Vor dem Servieren in 2 Teile schneiden und auf dem Teller anrichten.

Lamm sollte immer am Knochen gegart werden, damit es schön saftig bleibt.

Für das Koriander-Chimichurri:

Knoblauch abziehen und fein hacken. Koriander, Petersilie und Oregano abbrausen, trockenwedeln und fein schneiden. Limette waschen, halbieren, den Saft auspressen und auffangen. Kräuter in einer Schüssel mit dem Rotweinessig, Limettensaft und Olivenöl vermengen und bei Bedarf evtl. kurz mit einem Pürierstab mixen. Mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken nach Belieben abschmecken.

Für das Pfannenbrot:

Mehl mit Backpulver, Salz und Zucker in einer Schale vermengen. Butter in einem kleinen Topf zum Schmelzen bringen. Milch, flüssige Butter und 1 EL Speiseöl zugeben und zu einem glatten Teig kneten. Teig in 2 Portionen teilen und zu einem Fladen ausrollen. Pfanne mit etwas Öl erhitzen und den Teigfladen ca. 2 Minuten von beiden Seiten backen.

Für den Kräuter-Joghurt:

Petersilie, Dill, Minze abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein hacken. Schalotte

abziehen und klein würfeln. Alles zusammen mit dem Joghurt in eine Schüssel geben und vermengen. Zitrone waschen, halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Harissa-Karotten:

In einem kleinen Topf Butter zerlassen. In einer Schüssel Kreuzkümmel, Honig, Harissa, Butter, Öl und etwas Salz verrühren. Möhren schälen, waschen, von Enden befreien, in die Schüssel geben und gut durchmischen. Auf einem Backblech mit Backpapier verteilen. Die Möhren für 12-14 Minuten im Ofen rösten bis sie leicht braun werden.

Koriander abbrausen, trockenwedeln und die Blätter hacken. Zitrone waschen, halbieren und den Saft auspressen und auffangen. Die Möhren aus dem Ofen holen und kurz vor dem Servieren Zitronensaft und Koriander untermengen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Yannick Bertram am 21. Februar 2022

Lamm-Filet mit Beeren-Jus, Pilz-Ravioli, Sellerie-Püree

Für zwei Personen

Für das Lamm:

| | | |
|----------------------|-------------------|---------------|
| 3 Lammfilets à 120 g | 2 Knoblauchzehen | 2 EL Butter |
| 1 Zweig Rosmarin | 1 EL neutrales Öl | Salz, Pfeffer |

Für die Ravioli-Füllung:

| | | |
|------------------|-----------|---------------|
| 150 g Steinpilze | 1 Zwiebel | 70 g Ricotta |
| 1 Zweig Thymian | Öl | Salz, Pfeffer |

Für den Ravioli-Teig:

| | | |
|-----------------|------------|---------------|
| 50 g Parmesan | 1 Ei | 2 EL Butter |
| 1 Zweig Thymian | 150 g Mehl | 2 EL Olivenöl |

Salz

Für die Jus:

| | | |
|-------------------------|-----------------|--------------------------|
| 100 g TK-Beerenmischung | 400 ml Lammfond | 200 ml trockener Rotwein |
| 2-3 TL flüssiger Honig | 1 Prise Zimt | 1 Prise Piment |
| 1 EL Speisestärke | | |

Für das Püree:

| | | |
|------------------------------|-------------|--------------|
| $\frac{1}{2}$ Sellerieknolle | 2 EL Butter | 100 ml Sahne |
| Muskatnuss | Salz | |

Für das Lamm: Eine Pfanne mit Öl stark erhitzen. Knoblauch andrücken. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Lammfilets in die heiße Pfanne legen und von beiden Seiten sehr kurz und scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor Schluss Rosmarin, Knoblauch und Butter hinzugeben.

Für die Ravioli-Füllung: Zwiebel abziehen und würfeln. Steinpilze putzen, würfeln, mit etwas Öl in eine Pfanne geben und zusammen mit den Zwiebeln braun anbraten. Thymian abbrausen, trockenwedeln und klein hacken. Pilze kurz vor Schluss mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Abkühlen lassen, dann Ricotta unterheben.

Für den Ravioli-Teig: Mehl, Ei, 2 Esslöffel Wasser, Olivenöl und Salz zu einem glatten Teig verkneten. Mit einer Nudelmaschine dünn ausrollen.

Jeweils einen gehäuften Teelöffel Pilz-Füllung (siehe oben) mit Abstand zueinander auf eine Nudelbahn geben, dann eine weitere Nudelbahn obenauf legen und festdrücken. Danach rund ausstechen.

Kurz vor dem Servieren einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Ravioli drei Minuten in kochendes Salzwasser geben. Thymian abbrausen, trockenwedeln und Ravioli zusammen mit Butter in einer Pfanne anschwemmen. Parmesan reiben und Ravioli damit bestreuen.

Für die Jus: Lammfond und Rotwein in einen Topf geben und stark einreduzieren lassen. Beerenmischung hinzugeben. Kurz pürieren und durch ein Sieb passieren. Mit Zimt und Piment verfeinern. Ggf. mit etwas in Wasser aufgelöster Stärke binden.

Für das Püree: Sellerie vom Strunk befreien, schälen, in kleine Würfel schneiden und mit Sahne in einen Topf geben. 20 Minuten köcheln lassen, pürieren und mit Butter, Salz und Muskatnuss verfeinern.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Annika Boden am 15. November 2021

Lamm-Rücken im Tramezzini-Mantel, Madeira-Reduktion

Für zwei Personen

Für das Lamm:

| | | |
|-----------------------|----------------------|----------------------------|
| 2 Lammlachse, à 150 g | 200 g Kalbsschnitzel | 4 Sch. Tramezzino Weißbrot |
| 100 g Parmaschinken | 1 Knoblauchzehe | 1 Ei |
| 200 ml Sahne | Butterschmalz | 2 Zweige Rosmarin |
| Muskatnuss | Salz | Pfeffer |
| 5 Eiswürfel | | |

Für die Möhren:

| | | |
|----------------------------|-----------------|----------------------|
| 200 g Babymöhren, mit Grün | 1 Vanilleschote | 100 g brauner Zucker |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Reduktion:

| | | |
|------------------------|------------------------------|------------------|
| 2 rote Zwiebeln | 100 g kalte Butter | 3 EL Sherry |
| 200 ml Madeira | $\frac{1}{2}$ EL Tomatenmark | 200 ml Kalbsfond |
| 2 Zweige Rosmarin | 1 Lorbeerblatt | 2 EL Mehl |
| 1 Prise brauner Zucker | Butterschmalz | Salz, Pfeffer |

Für das Lamm:

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Kalbsschnitzel fein Würfeln und ins Gefrierfach geben.

Tramezzinischeiben überlappend auslegen und mit feuchtem Küchentuch bedecken.

Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Lammlachse in Butterschmalz, Knoblauch und Rosmarin von allen Seiten scharf anbraten. Herausnehmen und im Backofen bis zu einer Kerntemperatur von 50 Grad weiter garen.

Ei trennen und Kalbswürfel mit fünf Eiswürfeln, Sahne, Eiweiß und Salz und Pfeffer zu einer feinen Farce mixen und kaltstellen.

Lammlachs mit Schinken unwickeln, Farce auf Tramezzinischeiben streichen, Fleisch darauflegen und einwickeln. In Butterschmalz goldbraun braten.

Für die Möhren:

Möhren schälen, einen kleinen Rest vom Möhrengrün stehen lassen und blanchieren. Vanille halbieren. Butter in einer Pfanne erhitzen, braunen Zucker schmelzen und die Vanilleschote dazugeben. Möhren darin schwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Reduktion:

Für die Sauce Tomatenmark in einer Pfanne rösten. Zwiebeln abziehen, fein würfeln, salzen und mit Rosmarin und Lorbeer in Butterschmalz andünsten, mit Mehl bestäuben. Mit Madeira ablöschen, reduzieren lassen und den Kalbsfond angießen. Bis zur gewünschten Konsistenz reduzieren lassen und mit Salz, Pfeffer, Zucker, Butter und Sherry abschmecken.

Gericht auf Teller anrichten und servieren.

Jan Kapfer am 11. November 2021

Lammlachs, Sauce béarnaise, Kartoffel-Gruyère-Dominos

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

| | | |
|----------------------|-------------------|--------------------|
| 2 Lammlachse à 150 g | 2 Knoblauchzehen | 1 EL Butter |
| 3 Zweige Thymian | 2 Zweige Rosmarin | 2 EL Butterschmalz |
| Meersalz Flocken | Pfeffer | |

Für die Sauce béarnaise:

| | | |
|--------------------------|----------------|-----------------|
| 1 Schalotte | 1 Zitrone | 100 ml Weißwein |
| 50 ml Gemüsefond | 4 Eier | 250 g Butter |
| 1 Bund Estragon | 1 Lorbeerblatt | Salz |
| 1 TL ganze Pfefferkörner | Pfeffer | |

Für die Kartoffel-Gruyère-Dominos:

| | | |
|----------------------------|--------------|-------------|
| 2 große mehlig. Kartoffeln | 50 g Gruyère | 50 g Butter |
| ¼ TL Piment-d'Espelette | Salz | |

Für den Erbsen-Smash:

| | | |
|------------------------------|------------------|-------------------|
| 125 g TK-Erbsen | 1 Schalotte | 1/2 Zitrone |
| 1 EL Butter | 100 ml Weißwein | 100 ml Rinderfond |
| 100 ml Sahne | 25 g Pinienkerne | 2 Zweige Thymian |
| 1/4 TL getrock. Chiliflocken | Muskatnuss | Salz |
| Pfeffer | | |

Für die glasierten Möhren:

| | | |
|-----------------------|-------------|-------------------|
| 8 Babymöhren mit Grün | 2 EL Butter | 100 ml Gemüsefond |
| 2 Zweige Rosmarin | Zucker | Salz, Pfeffer |

Für das Fleisch:

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch andrücken. Butterschmalz in einer Grillpfanne erhitzen, angedrückte Knoblauchzehen und die Kräuter dazugeben. Ungewürztes Lamm bei starker Hitze von jeder Seite 2 Minuten anbraten. Danach aus der Pfanne nehmen und in den vorgeheizten Backofen geben. Butter und Kräuter auf das Fleisch geben. Mittels eines Fleischthermometers bis zu einer Kerntemperatur von 60-62 Grad (Medium) garen. Vor dem Servieren mit Meersalz-Flocken und Pfeffer würzen und in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Kräuter erst am Ende des Bratvorgangs mit in die Pfanne geben, da sie sonst bitter werden oder verbrennen.

Für die Sauce béarnaise:

Estragon abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Schalotte abziehen, grob hacken und mit Weißwein, Gemüsefond, Lorbeerblatt und Pfefferkörner in einen Topf geben und auf ca. die Hälfte reduzieren lassen. In eine Schüssel durch ein Sieb umgießen und abkühlen lassen.

Butter schmelzen und leicht braun werden lassen. In einen Ausgießer umfüllen und etwas abkühlen lassen. Wasserbad aufstellen, einen weiteren Topf oder eine Metallschüssel darüber so platzieren, dass der Boden das Wasser nicht berührt. Eier trennen, Eigelbe in die Rührschüssel geben und zusammen mit der Weißweinreduktion über dem heißen Wasserbad mehrere Minuten schaumig schlagen. Die flüssige braune Butter in einem dünnen Strahl dazu gießen und aufschlagen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken und den frisch geschnittenen Estragon unterrühren. Zitrone unter heißem Wasser abspülen, die Schale abreiben und Sauce mit Zitronenabrieb abschmecken.

Für die Kartoffel-Gruyère-Dominos:

Ofen auf 170 Grad vorheizen. Butter schmelzen. Käse reiben. Kartoffeln in ca. 5 mm dicke Scheiben hobeln, mit der flüssigen Butter, Käse, Piment d'Espelette und Salz vermischen. 8-10 Kartoffelscheiben 1cm überlappend auf einem mit Backpapier belegten Blech auslegen. Mit den restlichen Kartoffelscheiben ebenso verfahren. Im heißen Ofen 25 Minuten goldbraun knusprig backen.

Für den Erbsen-Smash:

Erbsen separat auftauen lassen. Schalotte abziehen, in grobe Würfel schneiden und in der Butter glasig anbraten. Thymian dazugeben. Mit Weißwein ablöschen und Alkohol verkochen lassen. Mit dem Rinderfond aufgießen und reduzieren lassen. Hitze reduzieren, Sahne dazu geben und ein paar Minuten sanft köcheln lassen. Erbsen dazugeben und nur kurz erhitzen. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss, Chiliflocken und Saft- und Abrieb einer halben Zitrone abschmecken. Kräuter herausnehmen und Masse mit einem Pürierstab pürieren sodass ein Stampf mit Stückchen entsteht.

Pinienkerne in einer Pfanne goldbraun rösten und nach dem Pürieren unter das Erbsen-Smash rühren.

Für die glasierten Möhren:

Möhrengrün bis auf ein kleines Stückchen entfernen. Möhren schälen.

Butter in einer Pfanne erhitzen, Möhren dazugeben und mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln, die Nadeln abzupfen und fein hacken, zu den Karotten geben. Dann alles mit Gemüsefond ablöschen und bissfest garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Jaqueline Paasche am 11. Oktober 2021

Lamm-Kotelett mit Bulgur-Salat und Pfannenbrot

Für zwei Personen

Für das Lammkotelett:

| | | |
|-----------------------------|-----------------|-------------------|
| 2 Lammkoteletts mit Knochen | 1 Knoblauchzehe | 2 Zweige Rosmarin |
| 2 TL Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für den Bulgursalat:

| | | |
|---------------------|------------------------|--------------------|
| 150 g feiner Bulgur | 2 Stangen Lauchzwiebel | 1 rote Zwiebel |
| 1 Zitrone | 2 Tomaten | 1 Tube Tomatenmark |
| 1 Bund Petersilie | 3 EL Sonnenblumenöl | Chiliflocken |
| Salz | Pfeffer | |

Für das Pfannenbrot:

| | | |
|---------------|------------|-----------------|
| 50 ml Schmand | 300 g Mehl | 1 TL Backpulver |
| Olivenöl | Salz | |

Für den Knoblauch-Dip:

| | | |
|-------------------------|-----------------|---------------------|
| 150 g Naturjoghurt, 10% | 1 Knoblauchzehe | 2 Hale Schnittlauch |
| Salz | | |

Für das Lammkotelett:

Den Ofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Lammkoteletts von beiden Seiten scharf in Olivenöl anbraten. Knoblauch abziehen und dazugeben.

Anschließend das Fleisch in Alufolie legen und mit Salz und Pfeffer würzen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und mit einwickeln. Circa 15 Minuten bei 150 Grad im Ofen garen.

Für den Bulgursalat:

Den Bulgur mit heißem Wasser übergießen und ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Lauchzwiebeln und rote Zwiebel abziehen und ganz klein schneiden. Tomaten häuten und klein schneiden.

Öl mit Tomatenmark, Salz, Pfeffer, Chili und ausgepresstem Zitronensaft mischen. Zum Bulgur geben und das Gemüse unterheben. Zum Schluss mit Petersilie garnieren.

Für das Pfannenbrot:

Mehl sieben. Backpulver, Salz, 100 ml Wasser und Schmand zugeben und alles kneten. Den Teig ausrollen und in der Pfanne in Öl zum Fladen ausbacken.

Für den Knoblauch-Dip:

Knoblauch abziehen und zerdrücken. Schnittlauch abbrausen und hacken. Beides in den Joghurt geben und mit Salz abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sabrina Felek am 28. September 2021

Lamm-Filet in Tramezzini, Zwetschgen-Chutney, Gemüse

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

| | | |
|-----------------|----------------------------|------------------------|
| 2 Lammfilets | 200 g weiße Bohnen, (Dose) | 2 Sch. Tramezzini-Brot |
| 1 Limette | 1 Ei | 1 EL Butter |
| 1 Zweig Thymian | 1 Zweig Rosmarin | 1 TL Maisstärke |
| Wildkräutersalz | Rapsöl | |

Für das Zwetschgen-Chutney:

| | | |
|-------------------------------|----------------------------|-----------------------|
| 6 Zwetschgen | 1 mittelgroße rote Zwiebel | 1 EL kalte Butter |
| 4 cl Sanddorn-Balsamico-Essig | 2 cl Schlehn Schnaps | 1 TL getrock. Thymian |
| 2 EL brauner Rohrzucker | 1 Msp. Cayennepfeffer | Rapsöl |

Für das Edamame-Avocado-Gemüse:

| | | |
|---------------------------------|-------------------------|--------------------------|
| 200 g ausgelöste Edamame-Bohnen | 1 reife Avocado | 10 Stängel Salicorn |
| 1 Limette | 2 Kapuzinerkresseblüten | 2 Kapuzinerkresseblätter |
| 1 Borretsch-Blüte | 1 rote essbare Rose | Olivenöl, Pfeffer |

Für das Lammfilet im Tramezzini Mantel:

Den Backofen auf 225 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Tramezzini-Brot mit einem Nudelholz dünn ausrollen. Limette unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Ei trennen und dabei das Eigelb auffangen. Das Eiweiß anderweitig verwerten. Weiße Bohnen mit Limettenabrieb, Eigelb und Maisstärke in eine Schüssel geben und mit einem Stabmixer pürieren. Diese Masse auf die Tramezzini-Scheiben streichen und mit Wildkräutersalz würzen.

Thymian und Rosmarin abrausen und trockenwedeln. Lammfilets bei hoher Hitze mit den Kräutern in etwas Öl von allen Seiten scharf anbraten. Dann das Fleisch aus der Pfanne nehmen, auf die Tramezzini-Scheiben legen und so einrollen, dass sich die Enden etwas überlappen. Die Tramezzini-Rollen mit Butter bestreichen und im vorgeheiztem Backofen für ca. 15 Minuten nachziehen lassen.

Die Tramezzini-Päckchen können Sie auch langsam in einer Pfanne in Butterschmalz braten. So wird der Brotmantel goldgelb und knusprig und das Filet bleibt im Kern rosa.

Für das Zwetschgen-Chutney:

Zwiebel abziehen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. In etwas Rapsöl auf kleiner Flamme langsam schmoren lassen. Mit Rohrzucker bestreuen und karamellisieren lassen. Thymian hinzugeben. Zwetschgen halbieren, entsteinen und längs vierteln. Zwetschgen zu den Zwiebeln geben. Kurz durch schwenken und mit dem Sanddorn-Balsamico-Essig und dem Schlehn Schnaps ablöschen. Alles 10 Minuten einkochen lassen, ggf. mit etwas Wasser aufgießen. Nach Bedarf Zucker begeben und mit Cayennepfeffer abschmecken. Vor dem Servieren kalte Butter einrühren.

Für das Edamame-Avocado-Gemüse:

Edamame 10 Minuten in sprudelndem Wasser kochen. Avocado von Schale und Kern befreien und in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

Limette halbieren und den Saft auspressen. Avocadowürfel damit beträufeln. Salicorn fein hacken.

Edamame und Avocadowürfel 3 Minuten in Olivenöl auf hoher Stufe anbraten, in eine Schüssel geben und mit Salicorn vermengen. Mit Pfeffer abschmecken. Mit Blüten und Blättern garnieren. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Peggy Kosbab am 13. September 2021

Lamm-Filet, Tramezzini-Mantel, Minzjoghurt, Lamm-Karree

Für zwei Personen

Für das Lammfilet:

| | | |
|---------------------------|-----------------------|-----------------|
| 300 g Lammlachs | Ca. 100 g Hühnerbrust | 2 Tramezzini |
| 100 ml kalte Sahne | 1 Zweig Rosmarin | 1 Zweig Thymian |
| 1 Zweig glatte Petersilie | Öl | Muskatnuss |
| Zucker | Salz | Pfeffer |

Für das Lammkarree:

| | | |
|---------------------------|------------------|-------------------|
| 300 g Lammkarree, pariert | 1 Zweig Rosmarin | 1 Zweig Thymian |
| 1 EL Butter | Öl | Meersalz, Pfeffer |

Für den Minzjoghurt:

| | | |
|---------------|-----------------|------------|
| 150 g Joghurt | 1 Knoblauchzehe | 20 g Minze |
| 2 Limette | Olivenöl | Chilifäden |
| Salz | Pfeffer | |

Für das Minzpesto:

| | | |
|------------|------------------|----------|
| 20 g Minze | 40 g Cashewkerne | Parmesan |
| 1 Zitrone | 30 ml Olivenöl | Zucker |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Karottencreme:

| | | |
|-------------------|------------------|----------------------|
| 1 gelbe Karotte | 1 Orange, Abrieb | 1 EL flüssiger Honig |
| 100 ml Gemüfefond | 1 TL Butter | 1 TL Kurkuma |
| Salz | | |

Für die glasierten Karotten:

| | | |
|--------------------------|------------------|------------|
| 3 junge Möhren, mit Grün | 20 g Butter | 2 EL Honig |
| 1 Orange | 60 ml Gemüfefond | Salz |

Für das Lammfilet:

Den Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Lammlachs mit Salz und Pfeffer würzen und in Öl scharf anbraten.

Hühnerbrust kleinschneiden und mit Sahne in einem Multi-Zerkleinerer eine Farce herstellen und diese mit den Kräutern, Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Zucker würzen.

Tramezzini dünn ausrollen und mit der Farce bestreichen. Nun den Lammlachs darin einrollen.

Die Rolle erneut scharf in Olivenöl anbraten und in den Ofen für ca. 20 Minuten.

Für das Lammkarree:

Lammkarree scharf in einer Pfanne mit Öl anbraten. Butter und die Kräuter dazugeben und weiter anbraten. Anschließend in den Ofen bei 200 Grad ca. 25 Minuten garen lassen. Vor dem Anrichten mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Minzjoghurt:

Minze abbrausen, trockenwedeln und Blätter in feine Streifen schneiden.

Knoblauch abziehen, feinhacken und zur Minze geben. Limetten auspressen und Saft dazugeben.

Alles mit Joghurt und Olivenöl vermengen und mit Chili, Salz und Pfeffer würzen.

Für das Minzpesto:

Cashewkerne ohne Fett in einer Pfanne anrösten.

Minze abbrausen, trockenwedeln und Blätter vom Stängel befreien.

Cashewkerne mit Minze, Olivenöl, Parmesan und etwas Zitronenabrieb mixen und mit den Gewürzen abschmecken.

Für die Karottencreme:

Karotte putzen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Würfel mit Butter, Honig und Kurkuma anschwitzen und mit Fond aufgießen. Wenn die Würfel weich sind, mit einem Stabmixer pürieren und mit Orangenrieb und Salz abschmecken.

Für die glasierten Karotten:

Möhren putzen und schälen (Grün etwas dran lassen).

Butter und Honig in einer Pfanne schmelzen und etwas Salz dazugeben.

Möhren unter Wenden anschwitzen. Fond und Orangensaft angießen und kochen bis die Flüssigkeit verdampft ist und die Karotten glänzen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Alexander Schwindt am 12. August 2021

Lamm-Lachs im Knusper-Mantel mit Feigen-Soße, Sellerie

Für zwei Personen

Für den Lammlachs:

| | | |
|-------------------|--------------------------|------------------|
| 2 Lammlachse | 1 TL mittelscharfer Senf | 4 Scheiben Toast |
| 100 g Pankobrösel | 1 Ei | 1 TL Milch |
| Öl | getrockneter Oregano | Salz, Pfeffer |

Für die Sauce:

| | | |
|-----------------------|---------------------|------------------------|
| 1 Schalotte | 1 Frühlingszwiebel | 6 getrock. Soft-Feigen |
| 50 ml roter Balsamico | 100 ml Ouzo | 200 ml Rinderfond |
| 50 g Butter | 50 ml Sahne | 2 EL neutrales Öl |
| 1 EL Anissamen | 1 EL brauner Zucker | Chiliflocken |
| getrockneter Oregano | Salz | Pfeffer |

Für die Pommes:

| | | |
|------------------------------|----------------------|---------------|
| $\frac{1}{2}$ Sellerieknolle | 1 Zitrone | 1 EL Olivenöl |
| edelsüßes Paprikapulver | getrockneter Oregano | Salz, Pfeffer |

Für das Parmesannetz:

| | | |
|---------------|-------------------|----------------------|
| 50 g Parmesan | 1 TL hellen Sesam | 1 TL schwarzer Sesam |
|---------------|-------------------|----------------------|

Für den Dip:

| | | |
|---------------------------|-----------------------------|-----------------------|
| 1 Zwiebel | $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe | 50 g Schmand |
| 50 g griech. Joghurt, 10% | 1 EL neutrales Öl | 5 Stiele Schnittlauch |
| 3 Salbeiblätter | Salz, Pfeffer | |

Für den Lammlachs: Den Ofen auf 200 Grad Heißluft vorheizen.

Toastbrot auswellen. Ei mit Milch, einer Prise Salz, Pfeffer und Oregano verquirlen. Fleisch mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen und mit Senf bestreichen, aufs Toast legen und einrollen. Im Ei und dann im Panko wälzen, in einer Pfanne Öl erhitzen und für 3 Minuten jede Seite anbraten.

Für die Sauce: Anissamen mörsern. Schalotte abziehen, klein schneiden und in einer Pfanne mit Öl anbraten. Feigen klein würfeln und dazugeben, mit braunem Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Mit Balsamico und Ouzo ablöschen, ca. 4 Minuten köcheln lassen, mit Fond aufgießen und mit Hilfe eines Pürierstabs pürieren, absieben und mit Chili, Oregano, Salz und Pfeffer würzen. Mit Sahne verfeinern. Butter schmelzen und die gemörserten Anissamen dazugeben. Mit Sahne und Butter verfeinern.

Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden und als Garnitur verwenden.

Für die Pommes: Sellerie schälen und in gleichmäßige Stifte schneiden. Mit Olivenöl und Zitronensaft beträufeln und mit den Gewürzen marinieren. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad Heißluft ca. 30 Minuten knusprig backen.

Für das Parmesannetz: Parmesan reiben, mit Sesam bestreuen und im vorgeheizten Ofen goldbraun backen. Herausnehmen, noch heiß auf eine umgedrehte Schüssel legen und abkühlen lassen.

Für den Dip: Zwiebel und Knoblauch abziehen und feinschneiden. Knoblauch, Salbei und Zwiebeln im Öl goldbraun anrösten und abkühlen lassen.

Schmand, Joghurt, Salz, Pfeffer und Zwiebelmix verrühren. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und Dip damit bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Makrina Schneider am 10. August 2021

Merguez, Karotten-Sellerie-Couscous, Joghurt-Minz-Dip

Für zwei Personen

Für die Merguez:

| | | |
|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|
| 250 g Lammschulterfleisch | 250 g Lammrippenfleisch | Schafsaitleinlinge, Kaliber 20/22 |
| 100 g rohes Rinderfett | 3 Knoblauchzehen | 2 EL Harissapaste |
| 2 EL gemahlener Koriander | 2 EL scharfes Paprikapulver | 1 EL gemahlener Piment |
| 2 EL gemahlener Kreuzkümmel | 2 EL getrockneter Oregano | 2 EL Ras el-Hanout |
| 1 EL gemahlener Anis | 1 EL Chilipulver | 2 EL Currypulver |
| Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für den Couscous:

| | | |
|--------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 100 g Couscous | 1-2 St. Staudensellerie | 1 Fenchel |
| 2 Karotten | 1 Bund Koriander | ½ Bund glatte Petersilie |
| ½ Bund Minze | 2 EL Ras el-Hanout | 2 EL gemahlener Kreuzkümmel |
| 1 EL Harissagewürz | 2 EL scharfes Paprikapulver | 2 EL Olivenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Joghurt-Minz-Dip:

| | | |
|--------------------|-----------|--------------|
| 250 g Sahnejoghurt | 1 Limette | ½ Bund Minze |
| 2 Knoblauchzehen | Salz | Pfeffer |

Für die Merguez: Das Salz von den Schafsaitleinlingen abwaschen und ca. 30 Minuten wässern.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Lammschulter, Lammrippenfleisch und Rinderfett durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen.

Anschließend mit Knoblauch, Harissa, Koriander, Paprikapulver, Piment, Kreuzkümmel, Oregano, Ras el-Hanout, Anis, Chilipulver, Currypulver, Salz und Pfeffer würzen und alles gut verkneten.

Damit die empfindlichen Schafsdärme nicht reißen, das Füllrohr des Wurstfüllers vorher mit etwas Olivenöl einreiben. Schafsaitleinlinge aufziehen und die Fleischmasse langsam und gleichmäßig eingefüllt.

Anschließend werden die Würste mit einer Länge von ca. 15-18 cm abgedreht und zertrennt. Damit sich die Würste nicht wieder aufdrehen, sollten sie immer in die abwechselnde Richtung abdreht werden. Das letzte Stück zuknoten.

Abschließend die Bratwürste ringsherum in Olivenöl braun anbraten.

Selbstgemachte Bratwürste sollten Sie immer sehr langsam und nicht zu heiß braten, denn sonst besteht die Gefahr, dass die Würste aufplatzen.

Für den Couscous: Couscous mit ca. 500 ml heißem Wasser aufgießen und mit Olivenöl, Salz und Pfeffer, Ras el-Hanout, Kreuzkümmel, Harissagewürz und Paprikapulver würzen.

Sellerie und Fenchel putzen. Karotten schälen. Sellerie, Fenchel und Karotten klein schneiden. Koriander, Petersilie und Minze abbrausen, trockenwedeln und hacken. Sellerie, Fenchel, Karotten, Koriander, Petersilie und Minze unter den Couscous heben. kuechenschlacht.zdf.de

Für den Joghurt-Minz-Dip: Knoblauch abziehen und pressen. Minze abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Limette halbieren und den Saft auspressen. Sahnejoghurt mit Minze und Knoblauch vermengen und mit Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Linda Amamra am 05. Juli 2021

Lammlachs mit Rotwein-Soße, Spargel, Süßkartoffel-Püree

Für zwei Personen

Für den Lammlachs:

| | | |
|------------------|------------------|-------------------|
| 350 g Lammlachs | 2 Knoblauchzehen | 1 Zweig Salbei |
| 4 Zweige Thymian | 1 Zweig Rosmarin | 2 EL neutrales Öl |

Für das Süßkartoffel-Püree:

| | | |
|----------------|----------------|-------------|
| 1 Süßkartoffel | 150 g Möhren | 2 cm Ingwer |
| 20 g Butter | 1 Lorbeerblatt | Muskatnuss |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Spargel:

| | | |
|----------------------|------------------|----------------------|
| 300 g grüner Spargel | 2 Knoblauchzehen | 30 g Blattpetersilie |
| 100 ml Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für die Rotweinsauce:

| | | |
|----------------------------|----------------|-------------------|
| 70 ml Portwein | 100 ml Rotwein | 375 ml Rinderfond |
| 1 TL Johannisbeerkonfitüre | 1 Karotte | 1 Schalotte |
| 2 Nelken | 1 Zimtstange | 1 Lorbeerblatt |
| 2 EL kalte Butter | Butter | 1 TL Speisestärke |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Lammlachs:

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Kräuter waschen und trockenwedeln. Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Lammlachse darin mit Knoblauch und den Kräutern bei starker Hitze rundum kurz anbraten, so dass sie gut gebräunt sind. Herausnehmen, in Alufolie wickeln und im Ofen auf mittlerer Schiene 20 Minuten ruhen lassen. Das Fleisch sollte danach von innen noch Rosa sein.

Für das Süßkartoffel-Püree:

Süßkartoffel schälen und in grobe Stücke schneiden. Möhren schälen und in dünne Scheiben schneiden. Ingwer schälen und fein hacken.

Süßkartoffel, Möhren, Ingwer und Lorbeerblatt in wenig Salzwasser zugedeckt 20 Minuten weich garen. Dabei darauf achten, dass nichts am Boden ansetzt. Gegebenenfalls rechtzeitig noch etwas Wasser dazu gießen. Aus dem gegarten Gemüse das Lorbeerblatt entfernen.

Alles mit einem Stabmixer fein pürieren, dabei eventuell noch etwas Wasser hinzufügen. Das Püree mit Butter verfeinern und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Für den Spargel:

Spargel waschen und die holzigen Enden abschneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und sehr fein hacken. Knoblauch abziehen und ebenfalls fein hacken. Knoblauch und Petersilie bis auf einen kleinen Rest mit dem ganzen Olivenöl vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

In der Pfanne 1 EL Olivenöl auf mittlerer Stufe erhitzen und den grünen Spargel darin 8 Minuten anrösten. Er sollte noch knackig sein.

Petersilien-Öl-Mischung über den Spargel geben und für weitere 2 Minuten mit rösten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Rotweinsauce:

Schalotte abziehen und fein hacken. Karotte schälen und fein würfeln.

Butter in einer Pfanne erhitzen und Karotte mit Schalotte drei Minuten andünsten. Portwein dazugeben und fast vollständig einkochen lassen.

Rotwein und Fond dazugießen. Nelken, Zimtstange und Lorbeerblatt ebenfalls dazugeben und bei starker Hitze zehn Minuten kochen lassen.

Alles durch ein Sieb gießen und zurück in die Pfanne geben. Die kalte Butter in kleinen Butterflocken zur Sauce geben und mit einem Schneebesen in die noch kochende Sauce rühren. Speisestärke mit etwas kaltem Wasser verrühren und dazugeben. Sauce mit Salz, Pfeffer und Johannisbeerenkonfitüre abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Fabian Biel am 28. Juni 2021

Lamm-Karree mit Kräuter-Kruste, Aubergine im Tomaten-Sugo

Für zwei Personen

Für das Tabouleh:

| | | |
|----------------------------|------------------------------|--------------------------|
| 50 g Bulgur | 1 Bund Frühlingszwiebel | 150 g Kirschtomaten |
| $\frac{1}{2}$ rote Zwiebel | 2 Zitronen | 1 TL Lavendelhonig |
| 125 ml Gemüsefond | 100 ml Olivenöl | 1 Bund glatte Petersilie |
| $\frac{1}{2}$ Bund Minze | $\frac{1}{2}$ Bund Koriander | Salz |

Für das Lamm:

| | | |
|---------------------|-----------------|--------------|
| 1 ganzes Lammkarree | 1 Knoblauchzehe | 150 g Butter |
| 4 EL Senf | 1 Zweig Thymian | Salz |

Für die Kruste:

| | | |
|-----------------------|-----------------|------------------------|
| 85 g weiches Weißbrot | 1 Knoblauchzehe | 2 Schalotten |
| 130 g Butter | 80 g Parmesan | 60 g gemischte Kräuter |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Aubergine im Sugo:

| | | |
|-------------------------------|------------------------|--------------------------------|
| 1 Aubergine | 1,5 Schalotten | $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe |
| 100 g passierte Tomaten | Gemüsefond | 1 Zweig Thymian |
| 1 Msp. Kreuzkümmel (gemahlen) | 1 Msp. Zimt (gemahlen) | $\frac{1}{2}$ TL Ras el Hanout |
| 1 Prise Zucker | 1 EL Butter | Olivenöl |
| Öl | Salz | |

Für die Garnitur:

$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie

Einen Ofen auf 160 Grad Ober-/ Unterhitze und einen weiteren Ofen auf 220 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Petersilie, Minze und den Koriander abbrausen, trockenwedeln und hacken. Frühlingszwiebeln putzen, vom Strunk befreien und auch hacken. Tomaten waschen, trockentupfen, hacken und mit den Kräutern und Frühlingszwiebeln mischen.

Bulgur waschen und mit Fond in einem kleinen Topf kurz aufkochen lassen. Zugedeckt für 10 Minuten unter dem Siedepunkt ziehen lassen und zum Schluss mit den Kräutern vermischen.

Für die Marinade Zwiebel abziehen und hacken. Zitronen halbieren, auspressen und Saft auffangen. Zitronen waschen, trockentupfen und etwas Schale abreiben. Aus der gehackten Zwiebel, Lavendelhonig, Zitronensaft- und abrieb und Olivenöl ein Dressing herstellen und zum Salat geben. Mit Salz abschmecken **Für das Lamm:**

Lammkarree mit reichlich Salz würzen und rundum mit Senf bepinseln.

Knoblauch abziehen. Thymian abbrausen und trockenwedeln. Lamm mit Knoblauch und Thymian in Butter scharf anbraten und bei 160 Grad für ca. 15 Minuten in den Ofen geben.

Für die Kruste:

Knoblauch und Schalotten abziehen und fein würfeln. 30 g Butter in einem Topf erwärmen und die Würfel darin glasig dünsten. Kräuter abbrausen, trockenwedeln und mit dem Weißbrot ohne Rinde in einem Mixer fein mixen. Restliche Butter mit dem Rührbesen eines Handrührgeräts schaumig schlagen. Parmesan reiben. Kräuterbrösel, Zwiebel- und Knoblauchwürfel und Parmesan zur Butter geben. Alles miteinander vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse auf das gegarte Lammkarree geben und bei 220 Grad auf mittlerer Schiene im Ofen gratinieren.

Für die Aubergine im Sugo:

Aubergine waschen, trockentupfen, von Enden befreien und schälen.

Schale aufbewahren. Aubergine achteln und mit Salz und Zucker würzen.

Scharf in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten.

Für den Sugo Schalotten abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Knoblauch abziehen und klein schneiden. Schalotten und Knoblauch in einem Topf mit etwas Butter leicht anschwitzen. Passierte Tomaten hinzugeben und mit Ras el Hanout, einer Prise Zucker und Salz würzen. Thymianblätter abzupfen, abrausen, trockenwedeln und ebenfalls zum Tomatensud geben. Sud zu den Auberginen geben und köcheln lassen. Ggfs. Gemüsefond hinzugeben, falls erforderlich. Alles mit Kreuzkümmel und Zimt würzen.

Auberginenschale in sehr feine Streifen schneiden und in heißem Öl frittieren. Aus dem Fett nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Garnitur:

Aubergine auf einem Teller anrichten. Aufgeschnittenes Lammkarree hinzugeben. Petersilie abrausen, trockenwedeln, fein hacken und das Gericht damit bestreuen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sandi Elayan am 19. Mai 2021

Lamm-Lachs mit Rotwein-Soße, Blumisotto und Joghurt

Für zwei Personen

Für das Lamm:

| | | |
|--------------------------|------------------|------------------|
| 2 Lammlachse à ca. 160 g | 2 Knoblauchzehen | 1 EL Currypulver |
| 2 EL Sonnenblumenöl | Salz | Pfeffer |

Für die Sauce:

| | | |
|----------------|-------------|------------------|
| 100 ml Rotwein | 20 g Butter | 1 Zweig Rosmarin |
|----------------|-------------|------------------|

Für das Blumisotto:

| | | |
|---------------------|-------------------------|-------------------------|
| 400 g Blumenkohl | 1 Schalotte | 40 g Mandelkerne |
| 25 g Korinthen | 20 g Ingwer | 3 EL Weißweinessig |
| 3 Curryblätter | 1 TL Schwarzkümmelsamen | 1 TL gemahlener Kurkuma |
| 1 EL Sonnenblumenöl | Salz | Pfeffer |

Für den Joghurt:

| | | |
|----------------------------|------------------|---------------|
| 250 g griech. Naturjoghurt | 1 Bund Koriander | Salz, Pfeffer |
|----------------------------|------------------|---------------|

Für die Garnitur:

1 Granatapfel

Für das Lamm:

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Currypulver und 1 Esslöffel Öl verrühren mit Salz würzen. Lammlachse mit der Marinade einreiben. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch in heißem Öl ca. 3 Minuten kräftig anbraten. Auf einem Backblech im vorgeheizten Ofen 10-12 Minuten fertig garen. Pfanne für die Sauce aufgestellt lassen.

Für die Sauce:

Bratensatz des Lamms mit Rotwein ablöschen. Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und mit in die Pfanne geben. Zum Schluss Butter einrühren.

Für das Blumisotto:

Blumenkohl waschen, Röschen grob vom Strunk schneiden und mit einer Reibe auf Reiskorngröße zerkleinern. Essig und Korinthen in einen Topf geben und aufkochen. Schalotte abziehen und fein würfeln. Ingwer schälen und fein reiben. Sonnenblumenöl in großer Pfanne erhitzen. Schalotte, Knoblauch, Ingwer und Curryblätter hineingeben und 2-3 Minuten dünsten. Kurkuma und Schwarzkümmel zugeben. Blumenkohl zufügen und 2-3 Minuten unter Rühren dünsten bis er gar ist. Mandeln grob hacken und mit eingeweichten Korinthen untermischen. Salz und Pfeffer würzen.

Für den Joghurt:

Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Joghurt und Koriander verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Garnitur:

Granatapfel halbieren und Kerne herauslösen. Als Garnitur verwenden.
Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Markus Lauffer am 03. Mai 2021

Lamm-Lachs mit Kruste, Kartoffel-Gratin, Ratatouille

Für zwei Personen

Für die Kruste:

| | | |
|------------------|-----------------|-----------------|
| ½ Ciabatta | 100 g Pistazien | 1 Zweig Thymian |
| 1 Zweig Rosmarin | 50 g Parmesan | 2-3 EL Olivenöl |
| Chilisalز | Salz | Pfeffer |

Für die Lammlachse:

| | | |
|------------------|-----------------|------------------|
| 300 g Lammlachse | 1 Knoblauchzehe | 1 Zweig Rosmarin |
| 1 Zweig Thymian | 1 EL Olivenöl | Salz |
| Pfeffer | | |

Für das Kartoffelgratin:

| | | |
|-------------------------------|-------------------|------------------|
| 400 g vorw. festk. Kartoffeln | 1 Knoblauchzehe | 125 ml Milch |
| 125 ml Sahne | 125 ml Gemüesfond | 1 Stück Parmesan |
| 1 EL Butter | Muskatnuss | Salz, Pfeffer |

Für das Ratatouille:

| | | |
|--------------------------|------------------|------------------|
| 1 Zucchini | 1 Aubergine | 1 rote Paprika |
| 1 gelbe Paprika | 1 Schalotte | 1 Knoblauchzehe |
| 250 ml passierte Tomaten | 1 EL Tomatenmark | 1 Zweig Rosmarin |
| 1 Zweig Thymian | 1 Zweig Oregano | 2 EL Olivenöl |
| 1 Prise Zucker | Chilisalز | Salz, Pfeffer |

Für die Pistazien-Kräuter-Kruste: Den Ofen auf 230 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Pistazien in einer Pfanne ohne Fett rösten. Alle Zutaten bis auf das Olivenöl in einen Mixer geben und auf höchster Stufe fein mixen. Olivenöl nach und nach zugeben bis eine leicht klebrige Konsistenz entsteht.

Sie können für die Kruste auch einfaches Toastbrot verwenden.

Für die Lammlachse: Lammlachse mit Salz und Pfeffer würzen. Dann scharf in einer Pfanne in Olivenöl anbraten und die Kräuter sowie Knoblauch mit hineingeben.

Sobald das Fleisch rundherum Röstaromen angenommen hat, aus der Pfanne nehmen und die Kruste oben aufdrücken. Ein Fleischthermometer anbringen und in den Ofen unter die heißen Grillstäbe geben. Für 3-5 Minuten gratinieren. Die Kruste sollte golden sein und das Fleisch sollte eine Kerntemperatur von ca. 58 Grad haben.

Für das Kartoffelgratin: Knoblauch abziehen. Kartoffeln waschen, schälen und in dünne Scheiben hobeln. Milch, Sahne, Gemüesfond und Knoblauchzehe mit den Kartoffelscheiben in einen Topf geben und für 10 Minuten köcheln lassen.

Salzen, pfeffern und Muskatnuss dazu reiben. Eine Auflaufform mit Butter gut fetten und die Kartoffel-Milch-Sahne-Mischung einfüllen. Parmesan darüber reiben. Gratin für ca. 15 Minuten im Ofen überbacken.

Für das Ratatouille: Schalotte und Knoblauch abziehen, fein hacken und in einer Pfanne mit Olivenöl andünsten. Paprika schälen. Von der Zucchini die Kerne entfernen. Zucchini, Aubergine und beide Paprika in gleich große Stücke schneiden. Nacheinander Aubergine, Paprika und Zucchini mit in die Pfanne geben. Kurz anbraten. Tomatenmark hinzufügen und alles mit den passierten Tomaten aufgießen. Kräuter fein hacken und mit in die Pfanne geben. Für etwa weitere 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Chilisalز und Zucker abschmecken. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Kathrin Deininger am 14. April 2021

Tagliata vom Lamm, Champignons, Rucola-Salat, Kartoffeln

Für zwei Personen

Für die Tagliata:

| | | |
|----------------------|---------------------|--------------------------|
| 2 Lammlachse à 200 g | 2 Knoblauchzehen | 2 Zweige Rosmarin |
| 2 Zweige Thymian | 1 EL Pinienkerne | 1 kleines Stück Parmesan |
| 1 EL Butter | 4 EL Sonnenblumenöl | Meersalz, Pfeffer |

Für das Chili-Champignon-Topping:

| | | |
|---------------------------|-----------------------|------------------|
| 200 g braune Champignons | 1 Knoblauchzehe | 100 g Schalotten |
| $\frac{1}{2}$ Chilischote | $\frac{1}{2}$ Zitrone | 50 ml Chardonnay |
| 1 EL Worcestersauce | 50 g Butter | 2 EL Olivenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für den Rucola-Kirschtomaten-Salat:

| | | |
|----------------|-------------------|----------------------|
| 1 Bund Rucola | 10 Kirschtomaten | 1 EL Aceto Balsamico |
| 1 TL Dijonsenf | 1 TL Akazienhonig | 3 EL Olivenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Rosmarinkartoffeln:

| | | |
|-------------------------|-------------------|----------------|
| 500 g festk. Kartoffeln | 3 Zweige Rosmarin | 50 ml Olivenöl |
| Meersalz, Pfeffer | | |

Für die Tagliata: Den Ofen auf 150 Grad Heißluft vorheizen. Lammlachse mit Meersalz einreiben. Sonnenblumenöl in einer gusseisernen Pfanne stark erhitzen, die ungeschälten Knoblauchzehen andrücken, hineingeben und das Lamm in der Pfanne von allen Seiten scharf anbraten. Ein Stück Butter hinzugeben und kurz durchschwenken. Aus der Pfanne heben und von allen Seiten pfeffern. Das Fleisch mit Thymian- und Rosmarinzweigen und angebratenem Knoblauch in den vorgeheizten Ofen geben.

Das Fleisch im Ofen garen, bis es eine Kerntemperatur von 55 Grad erreicht hat, danach herausnehmen und ruhen lassen. Für die Garnitur Pinienkerne ohne Fett in einer Pfanne anrösten und den Parmesan hobeln. Vor dem Servieren das Fleisch in ca. 0,5 cm dicke Scheiben aufschneiden.

Für das Chili-Champignon-Topping: Knoblauchzehe und Schalotten abziehen und in feine Würfel schneiden.

Chilischote entkernen und in feine Streifen schneiden. Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Champignons darin anbraten. Knoblauch, Schalotten und Chili hinzugeben. Mit Chardonnay ablöschen.

Alles für weitere 2 Minuten braten. Butter zugeben. Salzen und pfeffern und mit Worcestersauce und ausgepresstem Zitronensaft abschmecken.

Für den Rucola-Kirschtomaten-Salat: Rucola waschen, trockenschleudern und lange Stiele abschneiden. Salat in 5 cm große Stücke schneiden. Kirschtomaten halbieren und mit Rucola vermengen. Für das Dressing Aceto Balsamico, mit Senf, Salz verrühren. Das Olivenöl und den Honig einrühren, salzen, pfeffern und mit dem Rucola-Kirschtomaten-Salat vermischen.

Für die Rosmarinkartoffeln: Den Ofen auf 230 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Kartoffeln halbieren. Rosmarin abzupfen und fein hacken. Kartoffeln mit Olivenöl, Meersalz und Rosmarin vermengen, zuletzt pfeffern und für 25 Minuten in den auf 230 Grad vorgeheizten Ofen geben. Rucola-Kirschtomaten-Salat in der Mitte des Tellers anrichten. Die Fleischscheiben anlegen und das Chili-Champignon-Topping darüber geben. Pinienkerne und Parmesan darüber streuen. Die Rosmarinkartoffeln der Seite anrichten und servieren.

Guido Reiter am 06. April 2021

Lamm-Rücken, Senf-Hollandaise und Erbsen-Püree

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

| | | |
|-------------------------------|-------------------------|-------------------|
| 2 ausgel. Lammrücken, à 150 g | 1 TL Butterschmalz | 4 Zweige Rosmarin |
| 1 Knoblauchzehe | $\frac{1}{2}$ EL Butter | Meersalz |
| Salz | Pfeffer | |

Für das Erbsenpüree:

| | | |
|---------------------|--------------|------------------------|
| 2 festk. Kartoffeln | 1 Schalotten | 220 g TK-Erbsen |
| 160 ml Sahne | 1 Limette | 4 Blätter Wan-Tan-Teig |
| Butterschmalz | Salz | Pfeffer |

Für die Senf-Hollandaise:

| | | |
|---------------------------|-------------------|--------------------------|
| 3 Eier (M) | 1 Zitrone | 1 EL Weißwein |
| 1 EL Crème-fraîche | 175 g Ghee | 2 TL mittelscharfer Senf |
| $\frac{1}{2}$ TL Senfmehl | Salz | |
| Für die Garnitur: | 10 Erbsensprossen | |

Für den Lammrücken: Den Backofen auf 100 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Lamm von allen Seiten mit Salz und Pfeffer würzen, in einer Pfanne in Butterschmalz anbraten, auf ein Gitter legen und im Ofen 18-20 Minuten garen.

Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und zupfen. Knoblauch abziehen und halbieren. Butter in einer Pfanne aufschäumen. Rosmarinnadeln und eine halbe Knoblauchzehe hinzufügen. Lamm mit in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze in der schaumigen Butter aromatisieren und Lamm und Rosmarin auf einem Küchentrepp abtropfen lassen.

Einen Teil der Rosmarinnadeln leicht zerbröseln und das Lammfleisch darin wälzen. Jeden Rückenstrang in gleich große Tranchen schneiden und mit dem Meersalz sowie den restlichen Rosmarinnadeln bestreuen.

Für das Erbsenpüree: Kartoffeln in gesalzenem Wasser garkochen, abschütten und gut ausdampfen lassen. Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden.

Butterschmalz in einem Topf erhitzen und die Schalottenwürfel darin anschwitzen. Erbsen hinzugeben und mit der Sahne auffüllen. Bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren einkochen, mit dem Stabmixer sehr fein pürieren.

Kartoffeln durch eine Presse in das Erbsenpüree drücken und mit dem Schneebeesen gut durchrühren, ggf. anschließend durch ein feines Sieb streichen und mit Salz, Pfeffer sowie abgeriebener Limettenschale abschmecken.

Wan-Tan-Blätter in je 2 Dreiecke schneiden. Butterschmalz in einer kleinen Pfanne erhitzen, die Wan-Tan-Blätter darin bei mittlerer Hitze unter mehrmaligem Wenden knusprig-braun ausbacken. Anschließend auf einem Küchentrepp abtropfen lassen.

Für die Senf-Hollandaise: Eier trennen. Zitrone halbieren und auspressen. Eigelb, 1 EL Zitronensaft und Weißwein mit 1 Prise Salz und Crème fraîche in ein hohes Gefäß geben und mit dem Stabmixer glatt pürieren. Butter erhitzen, bis sie leicht braun wird. Langsam in das Gefäß gießen und dabei den Pürierstab laufen lassen. Die Hollandaise in eine kleine, frische Schüssel umfüllen, den Senf dazu rühren. Mit Salz, Senfmehl und etwas Zitronensaft abschmecken.

Für die Garnitur: Püree in die Mitte der Teller geben. Lamm um das Püree verteilen. Senf Hollandaise um das Fleisch träufeln. WanTan-Blätter in das Püree stecken und mit Erbsensprossen garniert servieren.

Jan Matthes am 29. März 2021

Lamm-Stielkoteletts mit Kräuter-Pesto und grünem Gemüse

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

| | | |
|-------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 3 Lammstielkoteletts, à 150 g | 2 Knoblauchzehen | 1 Schalotte |
| $\frac{1}{2}$ Bund Thymian | $\frac{1}{2}$ Bund Rosmarin | $\frac{1}{2}$ Bund Estragon |
| $\frac{1}{2}$ Bund Bärlauch | Einige Salbeiblätter | 1 EL Butter |
| Öl | Salz | Pfeffer |

Für das Gemüse:

| | | |
|---------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
| 100 g grüner Spargel | 100 g Zuckerschoten | 100 g Brokkoli |
| 100 g grüne Bohnen | 100 g grüne TK-Erbsen | 1 grüne Chilischote |
| $\frac{1}{2}$ TL Agavendicksaft | 1 Zitrone | 10 ml trockener Weißwein |
| 2 EL heller Balsamicoessig | $\frac{1}{2}$ Bund Petersilie | $\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch |
| $\frac{1}{2}$ Bund Kerbel | Salz | Pfeffer |

Für das Pesto:

| | | |
|---------------|------------------|---------------|
| 50 g Parmesan | 50 g Pinienkerne | 3 EL Olivenöl |
|---------------|------------------|---------------|

Für das Fleisch:

Den Knoblauch und die Zwiebel abziehen und klein hacken. Kräuter abbrausen, trocken wedeln und klein hacken. Einige Kräuter für das Pesto zur Seite legen. Lamm mit Kräutern, Öl, Knoblauch, Zwiebeln, Salz und Pfeffer 10 Minuten marinieren. Anschließend Lamm in einer Pfanne rundherum in Öl und Butter anbraten.

Für das Gemüse:

Spargel von holzigen Enden befreien und in schräge Stücke schneiden.

Brokkoli in Röschen teilen und mit Zuckerschoten und Bohnen blanchieren. Knoblauch und Zwiebel abziehen und klein hacken.

Zwiebeln und Knoblauch mit Olivenöl anschwitzen und blanchiertes Gemüse und Erbsen dazu geben. Mit Weißwein und Balsamico ablöschen und köcheln lassen. Zitrone halbieren und auspressen. Mit Salz und Pfeffer, Zitronensaft, Agavendicksaft und Chili würzen.

Petersilie, Schnittlauch, Kerbel abbrausen, trocken wedeln, klein hacken und über das Gemüse streuen.

Für das Pesto:

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten und anschließend mit dem Parmesan in einem Mixer mixen. Den Mix mit den Kräutern von oben und Öl zu einem Pesto weiterverarbeiten.

Lamm mit Gemüse auf Tellern anrichten und servieren.

Urania Römer am 17. März 2021

Lammlachs mit Portwein-Zwiebeln, Möhren, Couscous-Salat

Für zwei Personen

Für das Lamm:

| | | |
|---------------------------|-------------|-------------------|
| 2 Lammlachse à 180-200 g, | 2 EL Butter | 2 Zweige Rosmarin |
| 1 EL Pflanzenöl | Salz | Pfeffer |

Für die Portwein-Zwiebeln:

| | | |
|------------------|-----------------------|-----------------|
| 1 Zwiebel | 100 ml roter Portwein | 100 ml Lammfond |
| 1 Zweig Rosmarin | 1 TL Speisestärke | 1 EL Rapsöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Möhren:

| | | |
|---------------------|------------------------|-----------------|
| 8 Mini-Möhren | 1 EL Butter | 1 Prise Kurkuma |
| 1 Prise Kreuzkümmel | 1 Prise Cayennepfeffer | 1 Msp. Zimt |
| Salz | | |

Für den Couscous-Salat:

| | | |
|------------------------|---------------------------------|--------------------------|
| 100 g Instant-Couscous | $\frac{1}{2}$ rote Spitzpaprika | $\frac{1}{4}$ Salatgurke |
| 5 Mini-Pflaumentomaten | 2 Frühlingszwiebeln | 3 Datteln, ohne Stein |
| $\frac{1}{2}$ Zitrone | $\frac{1}{2}$ Limette | 100 ml Gemüsefond |
| 1 TL Tomatenmark | 2 Zweige glatte Petersilie | 1 Prise Kurkuma |
| 1 Prise Kreuzkümmel | 1 Prise Pimenton de la Vera | 1 Prise Cayennepfeffer |
| 2 EL Olivenöl | Salz | Pfeffer |

Für das Lamm:

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Fleisch auf Zimmertemperatur bringen und mit Öl einreiben. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Lamm in einer heißen Grillpfanne von beiden Seiten etwa 1 Minute anbraten. Dann sofort die Temperatur herunterdrehen und Butter und Rosmarin hinzufügen. Fleisch mehrere Male mit der flüssigen Butter übergießen. Dann im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten fertig garen. Vor dem Servieren mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Portwein-Zwiebeln:

Zwiebel abziehen und in grobe Stücke schneiden. Rosmarin abbrausen und trockenwedeln. Zwiebelstücke in einem Topf mit Öl und Rosmarin etwa 3 Minuten anbraten. Mit Portwein ablöschen und kurz kochen lassen. Dann Lammfond angießen und bei mittlerer Temperatur auf ca. $\frac{1}{4}$ reduzieren.

Speisestärke mit etwas kaltem Wasser verrühren und die Portwein Zwiebeln damit binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Möhren:

Möhren schälen und in Salzwasser etwa 7 Minuten bissfest blanchieren.

In einer Pfanne die Butter schmelzen, dann vom Herd nehmen. Kurkuma, Kreuzkümmel, Cayennepfeffer und Zimt in die Butter einrühren und die Möhren in der Gewürzbutter schwenken.

Für den Couscous-Salat:

Gemüsefond in einen Topf geben und erhitzen. Couscous in eine Schüssel geben. Mit einer Prise Salz und Kurkuma bestreuen. Datteln in feine Stücke schneiden, zum Couscous geben und alles mit heißem Gemüsefond übergießen. Couscous quellen lassen.

Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Streifen schneiden.

Paprika waschen, trockentupfen und von Scheidewänden und Kernen befreien. Gurke vom Kerngehäuse befreien. Tomaten waschen und trockentupfen. Paprika, Gurke und Tomaten in kleine Stücke bzw. Würfel schneiden.

Zitrone und Limette halbieren und den Saft auspressen. Tomatenmark, Olivenöl, Kreuzkümmel, Pimenton de la Vera, Cayennepfeffer, Salz, Pfeffer, den Saft einer halben Zitrone sowie einen

Spritzer Limettensaft zu einem Dressing verrühren. Couscous mit Dressing mischen und Frühlingszwiebeln, Paprika, Gurke und Tomate unterheben.
Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Couscous mit Petersilie garnieren.
Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Elisa Bliedung am 08. März 2021

Lamm mit warmem Bulgur-Salat und Joghurt-Soße

Für zwei Personen

Für das Lamm:

| | | |
|----------------------|--------------|---------------------------|
| 2 große Lammlachse | 100 g Butter | $\frac{1}{2}$ Bund Salbei |
| Olivenöl mit Zitrone | Salz | Pfeffer |

Für den Bulgursalat:

| | | |
|--------------------------|-------------------------------|------------------------------|
| 250 g Instant Bulgur | 3 Karotten | 2 Stangen Staudensellerie |
| $\frac{1}{2}$ Salatgurke | 2 Schalotten | 2 cm Ingwer |
| 3 Kardamom Kapseln | 1 Sternanis | 1 Handvoll Rosinen |
| 40 g Mandelsplitter | $\frac{1}{2}$ Bund Petersilie | $\frac{1}{2}$ Bund Koriander |
| 1 Prise Kreuzkümmel | 1 Prise Zimt | Salz, Pfeffer |

Für die Sauce:

| | | |
|-----------------------------|--------------------------|---------------|
| 300 g griech. Joghurt (10%) | $\frac{1}{2}$ Salatgurke | 1 Zitrone |
| 1 Knoblauchzehe | 3 Zweige Minze | Salz, Pfeffer |

Für die Garnitur: 1 Granatapfel

Für das Lamm:

Den Backofen auf 160 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Lammlachse salzen und pfeffern. Öl mit Butter in einer Pfanne erhitzen, Salbei hinzufügen und Lammlachse rosa ca. 3 min auf jeder Seite anbraten. Lammlachse auf einem Rost im Ofen weitere 6 Minuten rosa garziehen lassen.

Für den Bulgursalat:

Ingwer schälen und in feine Scheiben schneiden. 500 ml gesalzenes Wasser zum Kochen bringen, Bulgur und Ingwerscheiben, sowie Kardamom, Sternanis hineingeben, 8-10 Minuten kochen.

Gurke und Karotten schälen und in sehr kleine Würfel schneiden.

Sellerie oben und unten kürzen, Fäden ziehen und ebenfalls in Würfel schneiden. Schalotten abziehen, klein schneiden und mit Karotten in einer Pfanne anbraten, etwas später den Staudensellerie dazugeben.

Bulgur in einem Sieb abtropfen lassen und Ingwer, Kardamom und Sternanis entfernen. Bulgur zum Gemüse in die Pfanne geben. Petersilie und Koriander abrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Rosinen und Petersilie, sowie die Gurke und Mandelsplitter hinzugeben.

Alles gut verrühren und mit etwas Zimt und Kreuzkümmel sowie Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss Koriander unterheben.

Für die Sauce:

Minze abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Gurke schälen und mit einer groben Raspel raspeln und gut ausdrücken.

Knoblauch abziehen und pressen. Joghurt und Knoblauch mit Gurke vermischen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft abschmecken.

Etwas Minze unterheben.

Für die Garnitur:

Granatapfel halbieren und Kerne herausklopfen.

Bulgur mit Hilfe eines Servierings auf Teller anrichten. Lamm aufschneiden und neben Bulgur anrichten. Salbeiblätter mit dazu geben.

Mit Joghurtsauce beträufeln und etwas Petersilie und Granatapfelkernen garniert servieren.

Verena Schiller am 01. März 2021

Lamm-Karree mit Aprikosen-Soße, Zuckerschoten und Reis

Für zwei Personen

Für das Fleisch:

| | | |
|-------------------------|------------------|-------------------|
| 1 Lammkarree, ca. 800 g | 2 Knoblauchzehen | 2 Zweige Rosmarin |
| 2 Zweige Thymian | Butterschmalz | |

Für den Reis:

| | | |
|-----------------------|----------------------|------------------------------|
| 200 g Basmati-Reis | 50 g Mandelblättchen | 1 EL Granatapfelkerne |
| 1 EL Sesamkörner | 1 TL Kurkuma | 1 TL gemahl. Sternanispulver |
| 1 TL gemahl. Kardamom | 2 Gewürznelken | 50 g Butter |
| 1 Prise Safran | 1 TL Zimt | Salz |

Für die Sauce:

| | | |
|---------------------|-----------------|-----------------|
| 1 Chilischote | 1 Zitrone | 1 Orange |
| 200 g Aprikosen | 3 EL Honig | 250 ml Lammfond |
| 100 ml Weißwein | 3 Blätter Minze | Basilikum |
| 3 EL brauner Zucker | Salz | Pfeffer |

Für die Zuckerschoten: 200 g Zuckerschoten Butter

Für die Garnitur:

| | | |
|----------------------|----------------|-------------------|
| 50 g Cashewnusskerne | 50 g Pistazien | 1 EL weißer Sesam |
|----------------------|----------------|-------------------|

Für das Fleisch: Den Ofen auf 190 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Knoblauch abziehen und andrücken. Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Fleisch waschen, trockentupfen und in einer Pfanne mit Knoblauch scharf anbraten. Fleisch aufs Backblech legen und Thymian und Rosmarin dazu geben. Alles für 20-22 Minuten in den vorgeheizten Backofen geben.

Für den Reis: Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen.

Reis mit Kurkuma im Salzwasser kochen, bis er gar und das Wasser ganz verschwunden ist. Mandeln in einer Pfanne mit etwas Butter rösten und beiseitestellen. Reis mit Sesamkörnern, Sternanis, Kardamom, Gewürznelken, Safran und Zimt mischen und die Butter unterheben. Reis im Topf anschließend etwas anbraten, sodass sich am Boden eine goldgelb-braune Kruste bildet. Danach stürzen und mit Granatapfelkernen und Mandelblättchen garnieren.

Für die Sauce: Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen. Zitrone und Orange waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Minze und Basilikum abbrausen, trockenwedeln und hacken. Chili der Länge nach aufschneiden, von Kernen und Scheidewänden befreien und hacken.

Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen. Aprikosen vierteln und dazu geben. Mit Fond und Weißwein ablöschen. Chili, Zitronensaft, Honig, Salz und Pfeffer dazu geben und reduzieren. Abrieb der Zitrone und der Orange dazugeben. Gegebenenfalls mit etwas Orangensaft abschmecken. Zum Schluss Minze und Basilikum darüber geben.

Für die Zuckerschoten:

Zuckerschoten kurz blanchieren und kurz in Butter schwenken.

Für die Garnitur: Gehackte Pistazien, Sesam und Cashewnusskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Je nach Geschmack Cashewnusskerne, Sesam oder/ und Pistazien auf dem Teller verteilen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Mike Kießling am 08. Februar 2021

Lamm-Lachs mit Zucchini und Cherrytomaten

Für zwei Personen

Für die Lammlachse:

| | | |
|----------------------|------------------|---------------|
| 2 Lammlachse à 120 g | 5 Knoblauchzehen | 1 EL Butter |
| 1 Zweig Rosmarin | 1 Zweig Thymian | 2 EL Olivenöl |
| Meersalz | Pfeffer | |

Für die Zucchini:

| | | |
|-------------------|------------------------------|---------------|
| 2 kleine Zucchini | 2 Knoblauchzehen | 1 Orange |
| 1 EL Butter | $\frac{1}{2}$ TL Kreuzkümmel | 1 EL Olivenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Cherrytomaten:

| | | |
|---------------------------------|-----------------------------|----------------|
| 2 Zweige Cherrytomaten mit Grün | $\frac{1}{2}$ TL Zimtpulver | 1 Prise Zucker |
| 1 EL Olivenöl | Salz | |

Für die Lammlachse:

Einen Backofen auf 50 Grad Umluft vorheizen, einen zweiten Backofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. In den 50 Grad warmen Ofen eine Auflaufform hineinstellen und vorwärmen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und darin die Lammlachse ringsherum gut anbraten. Knoblauchzehen leicht andrücken und die Schale abziehen.

Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Knoblauch, Rosmarin und Thymian in die Pfanne zum Fleisch geben und vorsichtig mitbraten. Fleisch anschließend mit Pfeffer würzen und mit Butter in die vorgewärmte Auflaufform geben. Lamm im vorgeheizten Ofen ca. 5-10 Minuten zart rosa fertig garen. Dann aus dem Ofen nehmen, kurz ruhen lassen, dann in Tranchen schneiden. Fleisch mit Butter aus der Pfanne beträufeln und mit Meersalz würzen.

Für die Zucchini:

Zucchini waschen, trockentupfen und in sehr dünne Scheiben schneiden.

In eine Auflaufform geben.

Knoblauch abziehen und pressen. Orange halbieren und den Saft einer Hälfte auspressen. Orangensaft und Olivenöl über die Zucchini geben.

Knoblauch, Kreuzkümmel und Salz dazugeben und untermischen.

Zucchini in den vorgeheizten Ofen (180 Grad) schieben und ca. 15 Minuten backen. Dann Butter in Flocken über die Zucchini geben und kurz die Grillfunktion des Backofens einstellen.

Für die Cherrytomaten:

Tomaten waschen und trockentupfen. Tomaten in eine Auflaufform legen und mit Olivenöl beträufeln und mit Zimt, Zucker und Salz würzen. Zur Zucchini in den Backofen geben und ca. 10 Minuten garen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Daniela Grosse am 01. Februar 2021

Lamm-Lachs, Kräuter-Haube, Rotwein-Soße, Möhren, Püree

Für zwei Personen

Für den Lammlachs:

| | | |
|------------------|----------------------|---------------------|
| 400 g Lammlachse | 2 Scheiben Toastbrot | 1 Schalotte |
| 1 Knoblauchzehe | 1 Zitrone | 1 Ei |
| 55 g Butter | 1 EL Butterschmalz | 1 Zweig Rosmarin |
| 2 Zweige Thymian | 2 Zweige Majoran | 2 Zweige Petersilie |
| 1 TL Piment | Salz | Pfeffer |

Für die Möhren:

| | | |
|-------------------|-------------|----------------------|
| 4 Möhren mit Grün | 40 g Butter | 1 Pck. Vanillezucker |
| Salz | | |

Für das Selleriepüree:

| | | |
|-----------------------|-----------------------|--------------|
| 400 g Knollensellerie | $\frac{1}{2}$ Zitrone | 250 ml Sahne |
| 2 EL Butter | 1 Msp. Cayennepfeffer | Salz |

Für die Rotweinsauce:

| | | |
|-------------------|-----------------|-----------------|
| 100 ml Rotwein | 100 ml Portwein | 250 ml Lammfond |
| 4 EL kalte Butter | 2 EL Zucker | 1 EL Mehl |
| Salz | Pfeffer | |

Für Garnitur:

3 Zweige glatte Petersilie

Für den Lammlachs: Den Ofen auf 160 Grad Ober-/Unterhitzen vorheizen.

Eine Pfanne erhitzen und Butter und Butterschmalz darin schmelzen.

Rosmarin, Thymian, Majoran und Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Schalotte abziehen und hacken. Knoblauch abziehen und reiben. Zitronenschale abreiben. Anschließend Toast entrinden, würfeln und zusammen mit Kräutern, Schalotte, Knoblauch, Zitronenabrieb, geschmolzener Butter und dem Ei in einen Multizerkleinerer geben. Zu einer feinen Kräuterpaste mixen. Mit Piment, Salz und Pfeffer würzen.

Das Fleisch salzen, pfeffern und von beiden Seiten in der Pfanne anbraten. Die Kräutermasse nun auf dem Fleisch verteilen und für 15 Minuten in den Ofen schieben, bis die Lammlachse eine Kerntemperatur von 59-60 Grad erreicht haben.

Für die Möhren: Die Karotten waschen, trockentupfen und 1 cm Grün dranlassen.

Anschließend salzen. Eine Pfanne erhitzen und die Butter darin schmelzen. Vanillezucker hinzugeben und die Karotten darin karamellisieren.

Für das Selleriepüree: Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Den Sellerie waschen, trockentupfen und würfeln. Sellerie 10 Minuten im Salzwasser kochen.

Anschließend noch einmal in Sahne kochen, bis der Sellerie weich ist.

Gekochten Sellerie in eine Schüssel geben. Etwas Saft von der Zitrone auspressen und einen Spritzer dazugeben. Butter hinzufügen und mit dem Pürierstab alles pürieren. Eventuell noch einmal durch ein Sieb streichen.

Für die Rotweinsauce: Eine Pfanne erhitzen und den Zucker darin karamellisieren. Anschließend mit Rotwein ablöschen und einkochen lassen. Den Vorgang mit Portwein wiederholen. Lammfond hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die kalte Butter einarbeiten und bei Bedarf die Sauce mit Mehl andicken.

Für Garnitur: Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und zum Garnieren verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Eva Stirner am 25. Januar 2021

Lamm-Rücken, Gnocchi, Zuckerschoten, Rotwein-Schalotten

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

| | | |
|---------------------------|----------------------------|------------------|
| 1 Lammrücken à 400 g | 2 Zehen Knoblauch | Zitrone-Abrieb |
| 50 g Butter | $\frac{1}{2}$ Bund Thymian | 1 Zweig Rosmarin |
| $\frac{1}{2}$ Bund Salbei | 1 Vanilleschote | Olivenöl |
| Salz | Pfeffer | |

Für die Gnocchi:

| | | |
|---------------------------|--------------------|---------------|
| 500 g mehligk. Kartoffeln | 40 g Kartoffelmehl | 75 g Mehl |
| 2 Eigelb | 1 Muskatnuss | 1 Bund Salbei |
| 4 EL neutrales Öl | Salz | Pfeffer |

Für das Zuckerschoten-Gemüse:

| | | |
|---------------------|--------------------------|-------------------|
| 250 g Zuckerschoten | 2 Schalotten | 5 Cocktailtomaten |
| 1 EL Butter | $\frac{1}{2}$ Bund Minze | Salz, Pfeffer |

Für die Rotwein-Schalotten:

| | | |
|--------------------------|------------------|-------------------------|
| 10 Schalotten | 1 Zehe Knoblauch | $\frac{1}{2}$ L Rotwein |
| $\frac{1}{2}$ L Lammfond | 1 Zweig Rosmarin | 100 g Butter |
| 30 g Zucker | | |

Für den Lammrücken: Den Ofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Lammrücken salzen und pfeffern und von allen Seiten in einer Pfanne mit Öl scharf anbraten. Das Fleisch für 20 Minuten in den Ofen legen.

Thymian und Salbei abbrausen und klein hacken. Knoblauch abziehen und kleinhacken. Vanilleschote aufschneiden und das Mark herauskratzen. Die Butter mit den Kräutern, Knoblauch, dem Zitronenabrieb, Vanillemark und Rosmarin in einer Pfanne aufschäumen lassen und beiseite stellen. Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten in der flüssigen Kräuterbutter ruhen lassen.

Für die Gnocchi: Die Kartoffeln schälen und in einem Topf in Salzwasser kochen.

Anschließend durch eine Kartoffelpresse drücken und mit Eigelb, Mehl und Kartoffelmehl vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse Teigrollen machen und kleine Gnocchi formen. Diese in kochendem Salzwasser in einem Topf kochen bis sie an der Wasseroberfläche schwimmen. In eine flache Form geben und mit Öl beträufeln, damit die Gnocchi nicht zusammenkleben. Gnocchi in einer Pfanne mit Butter und Salbei anbraten.

Für das Zuckerschoten-Gemüse: Zuckerschoten abbrausen und schräg halbieren, danach die Cocktailtomaten vierteln. Schalotten abziehen und kleinschneiden. Die Butter mit Zuckerschoten und Schalotten in eine Pfanne geben und nach etwa 2 Minuten die Tomaten hinzugeben und nochmals 2 Minuten braten und zuletzt mit gehackter Minze, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Rotwein-Schalotten: Die Schalotten und den Knoblauch abziehen, grob schneiden und den Zucker in der Pfanne karamellisieren lassen. Nun mit dem Rotwein ablöschen und die Schalotten, den Lammfond und den Rosmarinzweig hinzufügen. Die Flüssigkeit 10-15 Minuten köcheln lassen und zuletzt mit Butter abbinden und den Rosmarinzweig entfernen. Am Ende das Fleisch 5 Minuten in der Gewürzbutter ruhen lassen.

Den Lammrücken mit den Gnocchi, Zuckerschoten-Gemüse und RotweinSchalotten auf einem Teller anrichten und servieren.

Celia Caspary am 04. Januar 2021

Index

- Agar, 30
Apfelessig, 32
Aubergine, 4, 17, 51, 72, 75
Avocado, 65
- Babyspinat, 30
Backpulver, 37
Blumenkohl, 28, 74
Bohnen, 6, 11, 15, 26, 35, 40, 45, 48, 50, 65, 78
Bratkartoffeln, 39
Brokkoli, 78
Butter, 30, 32, 37
Butterschmalz, 30
- Chicoree, 13
Chili, 32
Couscous, 25, 29, 43, 46, 69, 79
Curry, 11, 13, 21, 25, 28, 50, 51, 69, 74
- Doppelrahmstufe, 32
- Eiswürfel, 30
Erbsen, 1, 7, 34, 40, 46, 62, 77, 78
- Fenchel, 20
Fenchelsamen, 32
Filet, 1, 2, 5–7, 9, 13, 19, 25, 27, 32, 36, 38, 41, 51, 52, 60, 65, 66
Fladenbrot, 52
Fleisch, 6, 17, 69
Frischkäse, 32
- Gemüsefond, 32
Granatapfelsirup, 37
Gratin, 75
Gurke, 26, 29, 36–38, 79, 81
- Halme, 32
Holunderblütensirup, 32
Honig, 37
Hummus, 14
Ingwer, 32
- Joghurt, 32
- Kalbschnitzel, 30
Karree, 15, 34, 39, 42, 45, 49, 50, 56–58, 66, 72, 82
Knoblauch, 37
Knoblauchzehe, 32
Kohlrabi, 49
Kokosmilch, 30
Koriandersamen, 32
Kotelett, 46, 64, 78
- Lachs, 12, 14, 24, 30, 35, 37, 43, 48, 55, 62, 68, 70, 75, 76, 79, 81, 83, 84
Lammfilet, 32
Lammlachs, 37
Lammlachse, 30
Lorbeerblatt, 37
- Möhren, 7, 35, 38, 40, 45, 46, 49, 54–56, 58, 61, 62, 66, 69, 70, 79, 81, 84
Mangold, 8
Mehl, 37
Milch, 32, 37
Muskatnuss, 30
- Nelken, 37
- Olivenöl, 32, 37
Orange, 32
Orangen, 30
Oregano, 32
- Paprika, 35, 52, 75, 79
Paprikapulver, 37
Paprikaschoten, 37
Pastinaken, 42
Petersilie, 30, 32, 37
Pfefferkörner, 30
Pilze, 4, 19, 60, 76
Pizza, 52
Polenta, 5, 8, 27
Porree, 49
Preiselbeeren, 30

Rösti, 3, 28
 Rüben, 14
 Rücken, 3, 4, 8, 11, 20, 22, 28, 29, 40, 47, 54,
 61, 77, 85
 Radieschen, 32
 Radieschensprossen, 32
 Ragout, 21
 Ratatouille, 75
 Reis, 1, 9, 19, 26, 51, 82
 Rettich, 8, 14
 Rhabarber, 32
 Rinderfond, 30
 Rippen, 69
 Rispen tomate, 37
 Rispen tomaten, 37
 Rosenkohl, 36, 40
 Rosmarin, 32
 Rote-Bete, 12, 14, 22
 Rotwein, 30
 Rucola, 24, 76

 Süßkartoffeln, 30
 Saft, 30, 32, 37
 Sahne, 30, 32
 Sauerteigbrot, 32
 Schalotte, 32
 Scheiben, 30
 Schinken, 30
 Schnittlauch, 32
 Schnitzel, 30, 61
 Schoten, 37, 78, 82, 85
 Schulter, 17, 69
 Schwarzwurzeln, 13
 Sellerie, 2, 7, 11, 48, 56, 60, 68, 84
 Senfsamen, 32
 Spargel, 34, 70, 78
 Spieße, 25, 26
 Spinat, 19, 21, 30, 43
 Spitzkohl, 42
 Spitzpaprika, 37
 Staudensellerie, 69, 81
 Stile, 37
 Sumak, 37

 Teig-Taschen, 17, 60
 Thymian, 32
 Tomatenmark, 37
 Topinambur, 2
 Tramezzini, 30

 Zartbitterschokolade, 30

 Zimt, 37
 Zitrone, 30, 32, 37
 Zucchini, 3, 27, 46, 75, 83
 Zweig, 32
 Zwiebel, 37
 Zwiebeln, 37