

# Lamm-Lachs mit Polenta, Oliven, Petersilien-Minz-Öl

## Für zwei Personen

### Für die Polenta:

70 g instant Polenta	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone
300 ml Milch	200 ml Sahne	30 g Butter
40 g Parmesan, 2 EL	200 ml Gemüsefond	1 Zweig Thymian
1 Zweig Rosmarin	1 Lorbeerblatt	Muskatnuss
Salz	Pfeffer	

### Für das Petersilien-Minz-Öl:

1 Limette	200 ml Sonnenblumenöl	1 Bund Petersilie
1 Bund Minze	Salz	

### Für den Lammlachs:

2 Lammlachse	1 Schalotte	2 Knoblauchzehen
1 Zitrone	50 g eiskalte Butter	1 TL Honig
200 ml Rotwein	200 ml Rinderfond	100 ml Ouzo
2 Zweige Thymian	1 Zweig Rosmarin	Öl
2 EL Zucker	Salz	Pfeffer

### Für die Artischocke:

2 Artischocken	2 Knoblauchzehen	1 Zitrone
50 ml Olivenöl	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
½ Bund Petersilie	Olivenöl	Salz, Pfeffer

### Für die Garnitur:

2 cl Ouzo	1 Zweig Minze
-----------	---------------

## Für die Polenta:

Den Knoblauch abziehen. Milch mit 300 ml Wasser, Knoblauch, Rosmarin, Thymian und Lorbeer aufkochen. Polenta einrühren und unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze eine Minute kochen. Bei kleinster Hitze zugedeckt unter gelegentlichem Rühren mit einem Kochlöffel 20 Minuten quellen lassen.

Knoblauch und Lorbeerblatt entfernen. Zitrone waschen, trockentupfen und Zitronenschale abreiben. Parmesan reiben. Butter und Parmesan kräftig unterrühren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen und je nach Belieben mit Zitronenabrieb abschmecken.

## Für das Petersilien-Minz-Öl:

Petersilie und Minze abrausen und trockenwedeln.

Petersilien- und Minzblättchen von den Stängeln zupfen, in ein schmales Gefäß einfüllen und etwas Salz darüber streuen. Limette abrausen, trockentupfen, Schale abreiben, Limette halbieren und von einer Hälfte den Saft ausdrücken. Limettensaft und Öl in den Behälter geben und mit einem Stabmixer pürieren. Die Masse anschließend durch ein feines Sieb geben und das Öl abtropfen lassen.

## Für den Lammlachs:

Für die Marinade den Ouzo mit dem Saft einer halben Zitrone sowie Salz und Pfeffer mischen. Lammlachs in die Marinade legen und 15 Minuten ziehen lassen. Anschließend Lammlachs abtropfen und in einer Grillpfanne hoch erhitzen. Knoblauch und Schalotte abziehen und kleinhacken. 1 Zweig Thymian, Rosmarin und Knoblauch sowie eine halbe Schalotte in die Pfanne geben. Von jeder Seite ca. eine Minute scharf anbraten. In Alufolie wickeln, mit Rosmarin, Knoblauchzehe und Thymian bedecken und im Ofen bei 80 Grad Ober- und Unterhitze ziehen lassen. Nach 15 Minuten oder bei der Kerntemperatur von 58 Grad herausnehmen und noch 4-5 Minu-

ten ruhen lassen.

Rosmarienzweige, Thymian, Zwiebel und Knoblauch aus der Pfanne nehmen. Bratensud mit Zucker bestäuben, karamellisieren lassen und mit dem Rotwein ablöschen und einreduzieren lassen. Rinderfond angießen, noch einmal einreduzieren lassen und die beiden eiskalten Butterstücke einschmelzen lassen. Mit Honig, Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.

**Für die Artischocke:**

Artischocken putzen. Dazu eine Schale mit Zitronenwasser aufsetzen.

Einen Topf mit Knoblauch, halber Zitrone, Olivenöl, viel Salz, Rosmarin und Thymian erhitzen. Artischocke halbieren oder achteln und gar ziehen lassen. Anschließend Artischocken abtropfen lassen und in einer Pfanne mit Olivenöl schwenken. Petersilie abbrausen, trockenwedeln, Blätter zupfen, klein schneiden und zu den Artischocken geben. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**Für die Garnitur:**

Minze abbrausen und trockenwedeln. Blätter als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Carina Mayer-Pendl am 25. Juni 2020