

Lamm-Lachse mit Paprika-Gemüse und Rosmarin-Polenta

Für zwei Personen

1 Lammlachs, à 200 g	50 g Polentagries	50 g Parmesan
1 rote Paprika	1 gelbe Paprika	1 Schalotte
4 Knoblauchzehen	1EL Tomatenmark	4 Zweige Rosmarin
30 g eiskalte Butter	250 ml Gemüsefond	300 ml Lammfond
250 ml Rotwein	125 ml Portwein	Puderzucker
Olivenöl, Butter	Salz, schwarzer Pfeffer	

Den Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Schalotte abziehen und fein hacken. Etwas Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Schalotten anbraten. Mit Puderzucker bestäuben und karamellisieren lassen. Das Tomatenmark zugeben, kurz anrösten und mit Rotwein und Portwein ablöschen. Zwei Knoblauchzehen andrücken und zusammen mit einem Rosmarinzweig und dem Lammfond zu dem Sud geben. Den Polentagrieß mit dem Gemüsefond und einem Stückchen Butter aufkochen. Den Rosmarinzweig zupfen und fein hacken. Den Rosmarin unter die Polenta rühren und quellen lassen. Den Lammlachs waschen und trocken tupfen. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Den letzten Rosmarinzweig und den Knoblauch zugeben und das Fleisch darin von allen Seiten anbraten. Anschließend aus der Pfanne nehmen und im Backofen garen. Den Parmesan reiben und unter die Polenta geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Paprikaschoten halbieren. Jeweils eine Hälfte der roten und der gelben Paprika schälen, entkernen und in Rauten schneiden. Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Paprikaschoten darin anbraten. Die Soße durch ein Sieb passieren und mit der kalten Butter aufschäumen. Das Fleisch zusammen mit der Polenta, dem Paprikagemüse und der Soße auf Tellern anrichten und servieren.

Nicole Freudenthaler am 02. Mai 2012