

# Lamm-Teriyaki mit Couscous, Romanesco und Ingwerdip

**Für zwei Personen**

**Für das Lamm:**

300 g Lammlachse                      2 EL Teriyakisauce      2 EL Honig

**Für das Gemüse:**

300 g Romanesco                      8 Schalotten              6 Bio-Trockenpflaumen

2 EL Olivenöl                      1 EL flüssiger Honig      300 ml Gemüsefond

3 EL Ras el Hanout                      Salz

**Für den Couscous:**

150 g Couscous                      50 g Butter              Olivenöl

Salz, Pfeffer

**Für den Ingwer-Dip:**

6 EL griech. Naturjoghurt (40%)      30 g Ingwer              2 Limette

1/2 TL Ras el Hanout                      1 Zitrone

Den Ofen auf 160 Grad Umluft vorheizen. In einem Topf etwa 200 ml gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die Teriyakisauce mit dem Esslöffel Honig verrühren, die Lammlachse damit bestreichen und die Marinade einziehen lassen. Die Schalotten abziehen und würfeln. Den Romanesco zerkleinern und anschließend beides in einem kleinen Topf in Olivenöl andünsten und salzen. Die Pflaumen etwas zerkleinern und mit in den Topf geben, mit dem Esslöffel Honig, der Prise Ras el Hanout und dem Gemüsefond abschmecken und etwa zehn Minuten zugedeckt schmoren lassen. Die Lammlachse in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer Hitze und von jeder Seite kurz anbraten, anschließend in den vorgeheizten Backofen geben und solange garen, bis das Fleisch noch rosa ist. Den Couscous zum kochenden Wasser geben, den Topf vom Herd nehmen, etwa drei bis fünf Minuten quellen lassen und anschließend mit der Butter verfeinern, mit Salz abschmecken. Für den Dip den Ingwer schälen und reiben. Die Limette halbieren und den Saft aus der einen Hälfte auspressen. Den Joghurt mit dem geriebenen Ingwer, dem Limettensaft und dem halben Teelöffel Ras el Hanout verrühren. Die andere Limettenhälfte noch einmal halbieren und für die Garnitur verwenden. Die Lammlachse aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Auf einem Teller den Couscous als Spiegel anrichten, das Romanesco-Gemüse mit dem Sud, den Lammscheiben und dem Ingwer-Joghurt-Dip ebenfalls anrichten, mit einem Limettenachtel garnieren und servieren.

Uli Horn am 25. August 2014