

# Lamm-Rücken mit Graupen-Risotto, Zucchini-Streifen

Für zwei Personen

**Für den Lammrücken:**

300 g Lammrücken	1 Zehe Knoblauch	1 EL Butter
1 Zweig Rosmarin	1 EL Olivenöl	Salz

**Für das Graupen-Risotto:**

100 g Perlgraupen	1 Schalotte	2 Stangen Frühlingszwiebeln
1 Zehe Knoblauch	100 g Gorgonzola	2 EL Butter
50 ml Weißwein	350 ml Gemüsefond	Chili
Salz	schwarzer Pfeffer	

**Für die Zucchini-Streifen:**

1 Zucchini	1 Zitrone	1 EL Olivenöl
Salz	schwarzer Pfeffer	

**Für die Garnitur:**

5 Cocktailtomaten, mit Stiel

Den Backofen auf 140 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Die Cocktailtomaten in eine Auflaufform geben und in den Backofen stellen.

Für den Lammrücken diesen salzen und in einer Pfanne von allen Seiten mit dem Olivenöl anbraten. Anschließend für 20 Minuten auf das Gitter im Backofen legen.

Für das Risotto den Gemüsefond erhitzen. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Die Butter in einem Topf erhitzen und darin die Schalotten, den Knoblauch und die Perlgraupen anschwitzen. Mit dem Weißwein ablöschen und rühren, bis die Perlgraupen den Wein aufgenommen haben. Nach und nach den heißen Gemüsefond hinzufügen und umrühren. Das Risotto 30 Minuten garen, dabei gelegentlich umrühren. Die Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und zusammen mit der Butter, dem Gorgonzola unter das Risotto heben. Mit Chili, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Zucchini diese längs in dünne Scheiben schneiden, mit dem Olivenöl bestreichen und in einer Grillpfanne kurz anbraten. Die Schale einer Zitrone abreiben und anschließend den Saft auspressen. Den Abrieb für das Fleisch beiseitelegen und die Zucchini mit dem Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Lammrücken aus dem Backofen holen und anschließend in einer Pfanne mit der Butter, dem Rosmarin, dem abgezogenen und zerdrückten Knoblauch sowie dem Zitronenabrieb schwenken. Den Lammrücken mit Gorgonzola-Graupen-Risotto und Zucchini-Streifen auf Tellern anrichten und servieren.

Michael Reich am 09. Juli 2015