

Linsen-Blattspinat-Curry mit Salzwiesen-Lamm

Für zwei Personen

Für das Salzwiesenlamm:

500 g trocken. Salzwiesenlamm 1 EL flüssigen Honig 1 Prise Salzflöcken

Für das Linsen-Blattspinat-Curry:

100 g Baby-Blattspinat	125 g rote Linsen	125 g gelbe Linsen
2 Zwiebeln	1 Limette	2 Knoblauchzehen
1 Stück Ingwer	2 EL Sesam	2 EL Butter
400 ml Gemüsefond	400 ml Kokosmilch	1TL Kreuzkümmel
$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma	1 TL Currypulver	Salz

Für das Salzwiesenlamm:

Backofen auf 140 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

Lamm mit Honig einreiben und mit Salzflöcken betreuen. Kurz ziehen lassen und anschließend im Ofen indirekt rückwärts garen. Bei einer Kerntemperatur von 55 Grad aus dem Ofen nehmen und auf dem Grill direkt scharf anrösten.

Für das Linsen-Blattspinat-Curry:

Baby-Blattspinat putzen und waschen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und würfeln. Ingwer schälen und in kleine Würfel schneiden. Linsen in einem Sieb durchspülen und abtropfen lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen und Ingwer, Zwiebeln und Knoblauch darin anbraten. Sesam, Kreuzkümmel, Kurkuma und Curry dazugeben und kurz mit anschwitzen und mit Fond und Kokosmilch ablöschen.

Linsen dazugeben und 10 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Limette halbieren und auspressen. Zum Schluss Baby-Blattspinat in die Pfanne geben und mit Salz und dem Saft einer halben Zitrone abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Oliver Wendt am 14. August 2019