

Lamm-Ragout mit getrockneten Limetten und Tomaten

Für 4 Personen

2 Zwiebeln	800 g Lammschulter	Salz
3-4 EL Butterschmalz	1 Prise Kreuzkümmel	1 Prise Kurkuma
1 EL Tomatenmark	3 - 4 getrocknete Limetten	250 ml Gemüsebrühe
300 g Basmatireis	100 g Naturjoghurt	1 Ei
100 g Mandeln, gehackt	3 Tomaten	

Die Zwiebeln schälen und fein schneiden. Lammfleisch in ca. 3 cm große Würfel schneiden, mit Salz würzen und in einem Schmortopf mit 2 EL Butterschmalz scharf anbraten. Mit Kurkuma und Kreuzkümmel würzen, Zwiebeln zugeben und mit anschwitzen. Dann Tomatenmark untermischen. Die getrockneten Limetten andrücken, ebenfalls zugeben und kurz anbraten. Soviel Lammbrühe angießen, dass das Fleisch ca. 1,5 cm hoch mit Flüssigkeit bedeckt ist. Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 1 Stunde weich schmoren, bei Bedarf immer wieder etwas Brühe zugeben. In der Zwischenzeit die den Reis in Salzwasser bissfest kochen, dann auf ein Sieb geben und abspülen. Reis mit dem Joghurt und dem Ei mischen, mit Salz abschmecken, die Mandeln darunter mischen und ca. 2 cm hoch in eine Pfanne mit 1-2 EL Butterschmalz einschichten, ca. 10 Minuten den Reis zugedeckt bei milder Hitze fertig garen. Tomaten am Stielansatz einritzen, kurz in kochendem Wasser überbrühen, herausnehmen, die Haut abziehen und halbieren. Die Tomatenhälften kurz vor Ende der Garzeit zum geschmorten Lammfleisch geben. Wenn das Fleisch weich geschmort ist, das Ragout abschmecken, mit dem Mandelreis anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah am 10. Juni 2015