

Lamm-Rücken auf Bohnenkraut-Polenta mit Tomaten

Für 2 Personen

300 g Lammrückenfilet	35 g Instant Polenta	100 g Kirschtomaten
2 Knoblauchzehen	1 Knolle Ingwer, klein	1 Vanilleschote
1 Zimtstange	1 Prise getr. Bohnenkraut	1 Muskatnuss
1 Prise Räucherpaprika	1 Prise Paprikapulver, edelsüß	1 Prise Chilipulver, mild
1 Prise Kurkuma	120 ml Gemüsefond	120 ml Milch
50 ml Sahne	2 EL Olivenöl	gebräunte Butter
mildes Chilisalز		

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Butter in der Pfanne anbräunen. Den Lammrücken waschen und trocken tupfen, in die Pfanne geben und von allen Seiten anbraten. Anschließend in den Ofen geben und circa 20-30 Minuten rosa garen. Für das Polentapüree den Gemüsefond mit der Milch aufkochen. Die Polenta einrieseln lassen und unter ständigem Rühren cremig werden lassen. Den Knoblauch abziehen und hineinreiben. Den Ingwer schälen, reiben und circa eine Messerspitze zu dem Püree geben. Das Ganze mit Salz, Bohnenkraut, Kurkuma, Chili, Paprikapulver, Räucherpaprika und etwas Muskat würzen. Die Sahne schlagen und mit der gebräunten Butter unter die Polenta rühren. Die Kirschtomaten waschen und vierteln. Etwas Olivenöl in der Pfanne erhitzen und die Tomaten darin erhitzen. Das Chilisalز über die Tomaten geben. Butter in der Pfanne braun werden lassen. Den Knoblauch abziehen und andrücken. Die halbierte Zimtstange, die Vanilleschote, den Knoblauch und etwas Chilisalز zu der braunen Butter geben. Den Lammrücken aus der Pfanne nehmen und in der Butter anschwanken. Die Polentacreme auf Tellern verteilen. Die Lammrückenfilets schräge in circa ein Zentimeter dicke Scheiben schneiden und auf der Polenta anrichten. Die Tomaten um das Ganze verteilen und servieren.

Alfons Schuhbeck am 28. Oktober 2011