

Lamm-Rücken in Gewürz-Brösel, Salat-Pesto, Spargel-Gemüse

Für zwei Personen

Für den Lammrücken:

1 Lammlachs à 300 g	20 g gemahlene Haselnüsse	50 g Pankobrösel
1 EL Lammgewürz	$\frac{1}{4}$ Bund Schnittlauch	1 TL mildes Chilisalz
$\frac{1}{2}$ TL neutrales Pflanzenöl		

Für das Pesto:

$\frac{1}{4}$ Kopfsalat	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 Msp. Ingwerabrieb
1 Zitrone, Saft, Abrieb	1 TL gebräunte Pinienkerne	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie
1 Muskatnuss	4 EL Olivenöl	3 EL neutrales Pflanzenöl
mildes Chilisalz	Salz	

Für den Spargel:

150 g weißer Spargel	150 g grüner Spargel	1 Knolle Ingwer à 1 cm
1 Knoblauchzehe	1 EL Butter	4 EL Gemüsefond
$\frac{1}{2}$ TL Puderzucker	1 Vanilleschote	1 Muskatnuss
mildes Chilisalz		

Für den Lammrücken:

Den Ofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den Lammrücken waschen, trockentupfen, von Fett und Sehnen befreien und in einer Pfanne mit Öl rundum anbraten. Das Filet auf das Backofengitter legen und im Ofen etwa 30 Minuten garen. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Die Brösel in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Gegen Ende die Haselnüsse dazugeben und etwas mitrösten, bis alles goldbraun ist. In eine Schüssel füllen, Lammgewürz unterrühren, mit Chilisalz würzen, etwas abkühlen lassen und den Schnittlauch unterrühren. Den Lammrücken in den Gewürzbröseln wenden und das Fleisch in Stücke schneiden.

Für das Pesto:

Die Salatblätter waschen und trockenschleudern. Die Petersilie abbrausen, trockenwedeln und zupfen. Die Petersilienblätter in kochendem Salzwasser blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und mit den Händen gut ausdrücken.

Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer schälen und reiben. Die Salatblätter mit Petersilie, Pinienkernen, Knoblauch, Ingwer, Zitronenschale und -saft sowie beiden Ölen in ein Gefäß geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Chilisalz und Muskatnuss würzen.

Für den Spargel:

Den weißen Spargel schälen, den grünen Spargel waschen und nur im unteren Drittel schälen. Jeweils die holzigen Enden entfernen und die Spargelstangen schräg in Scheiben schneiden und die Spitzen halbieren. Den Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden. Ingwer schälen und 2 Scheiben abschneiden. Vanilleschote längs halbieren und mit dem Messerrücken das Mark auskratzen. Den Puderzucker in einer Pfanne hell karamellisieren und beide Spargelsorten darin andünsten. Den Fond angießen, mit einem Blatt Backpapier bedecken und den Spargel bei milder Hitze 7 Minuten bissfest garen. Etwas Fond angießen. Am Ende der Garzeit die Butter unterrühren. Den Knoblauch mit Ingwer, Vanilleschote und -mark dazugeben, mit Chilisalz und Muskatnuss würzen. Kurz ziehen lassen, dann Knoblauch, Ingwer und Vanilleschote wieder entfernen. Das Lamm auf warme Teller legen. Das Spargelgemüse daneben anrichten und das Pesto außen herum träufeln.

Alfons Schuhbeck am 13. April 2017