

# Lamm-Rücken mit Steinpilzen, gebratene Linsen-Polenta

## Für 4 Personen

### Für die Polenta:

150 ml Milch	150 ml Gemüsebrühe	150 g Instant-Polenta
mildes Chilusalz	Muskatnuss	$\frac{1}{2}$ gerieb. Knoblauchzehe
2 TL Rosmarinnadeln	1 Msp. Zitronen-Abrieb	2 EL gerieb. Parmesan
1 großes Ei	60 g gegarte Berglinsen	1-2 TL braune Butter

### Für den Lammrücken:

1 TL Öl	600 g Lammlachs	5 EL braune Butter
2 Splitter Zimtrinde	3 cm Vanilleschote	5 Kardamomkapseln
2 kl. getr. rote Chilischoten	2 Knoblauchzehe (Scheiben)	3 Scheiben Ingwer
2 Streifen Zitronenschale	1 Zweig Rosmarin	Chilusalz

### Für die Pilze:

200 g kleine Steinpilze	4 Frühlingszwiebeln	$\frac{1}{2}$ TL schwarze Pfefferkörner
$\frac{1}{2}$ TL Korianderkörner	$\frac{1}{2}$ TL ganzer Kümmel	$\frac{1}{2}$ TL Fenchelsamen
1 TL Öl	5 EL Sahne	1-2 TL Petersilienblätter
Salz	Pfeffer	

Am Vortag für die Polenta die Milch und die Brühe in einem Topf aufkochen. Die Polenta unter Rühren mit einem Schneebesen einrieseln und kurz köcheln lassen, sodass ein dicker Brei entsteht.

Die Polenta vom Herd nehmen und in eine Schüssel füllen, mit Chilusalz, Muskatnuss, Knoblauch, Rosmarin und Zitronenschale würzen und Parmesan, Ei und gegarte Linsen unterrühren. Die Polenta auf einem Blatt Backpapier etwa 1 cm hoch verstreichen und ein zweites Blatt Backpapier darauflegen. Alles leicht flach drücken (oder mit dem Nudelholz vorsichtig rollen) und abkühlen lassen, dann im Kühlschrank durchziehen lassen.

Am nächsten Tag für den Lammrücken den Backofen auf 100°C vorheizen. Auf die mittlere Schiene ein Ofengitter und darunter ein Abtropfblech schieben. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Das Lammfleisch rundum kurz anbraten, auf das Ofengitter legen und im Ofen 35 bis 40 Minuten rosa durchziehen lassen. Herausnehmen und zum Servieren in der Würzbutter erwärmen (siehe unten).

Inzwischen die Pilze putzen, trocken abreiben und grob schneiden.

Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Pfeffer, Koriander, Kümmel und Fenchel in eine Gewürzmühle füllen. Eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und die Pilze auf jeder Seite anbraten. Mit der Mischung aus der Gewürzmühle würzen und die Sahne dazugießen. Frühlingszwiebeln und Petersilie untermischen und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Servieren die braune Butter mit Zimt, Vanille, Kardamom, Chilischoten, Knoblauch, Ingwer, Zitronenschale und Rosmarin in einer Pfanne erwärmen und einige Minuten ziehen lassen. Die Lammrücken in der Würzbutter wenden und mit Chilusalz abschmecken.

Die Polentaplatte in etwa 2 x 5 cm große Riegel schneiden. Die braune Butter in einer Pfanne zerlassen und die Polentariegel darin bei mittlerer Hitze goldbraun braten.

Zum Servieren die Steinpilze auf vorgewärmte Teller verteilen. Die Lammrücken in breite Stücke schneiden und darauf anrichten, die Polentariegel danebensetzen.

Alfons Schuhbeck am 16. Oktober 2020