

Lamm-Spieße mit Polenta, Ofentomate, Kräuterbutter

Für 4 Portionen

Für die Ofentomaten:

16 Kirschtomaten	1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian
1 Knoblauchzehe		

Für die Polenta:

1 Schalotte	20 g Butter	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
Salz	Pfeffer	1 Prise Cayennepfeffer
1 Prise Muskatnuss	1 TL Zucker	2 EL Olivenöl
100 g Instant-Polenta-Grieß	250 ml Geflügelfond	50 ml Milch
50 g Mascarpone		

Für die Spieße:

600 g Lammrückenfilet	Olivenöl	1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian	1 kleine rote Paprikaschote	1 kleine gelbe Paprikaschote
20 g Butter	Salz Schwarzer Pfeffer	4 große Holzspieße
2 EL Olivenöl	250 ml Lamm-Jus	150 g vorgegarte Saubohnen

Für die Kräuterbutter:

50 g weiche Butter	1 Msp. Senf	Cayennepfeffer
Paprikapulver edelsüß	Salz	Pfeffer
Zucker	Knoblauch, gehackt	frische Kräuter

Für die halbgetrockneten Tomaten den Backofen auf 180 °C vorheizen.

Tomaten waschen, trocknen und mit sehr grob gehacktem Rosmarin und Thymian sowie dem geschälten und andgedrückten Knoblauch auf einem mit Backpapier aufgelegten Backblech verteilen.

Tomaten in den Ofen schieben und warten, bis die Schale platzt. Dann mit etwas Salz bestreuen.

Jetzt die Temperatur auf 60 °C herunterdrehen und die Tomaten 2 Stunden trocknen lassen.

Man kann gleich eine größere Menge zubereiten und die restlichen halbgetrockneten Tomaten in einem Schraubglas 1 Woche im Kühlschrank aufbewahren.

Für die Polenta die Schalotten schälen, fein würfeln und in der Butter anschwitzen.

Knoblauch schälen, sehr fein hacken und hinzufügen.

Mit Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer und Muskat würzen.

Zucker hinzufügen und die Schalottenwürfel leicht karamellisieren.

Olivenöl unterziehen.

Den Grieß unter Rühren einrieseln lassen und 3-4 Minuten rösten bzw. abbrennen.

Geflügelfond angießen, alles kurz aufkochen und die Polenta dann bei wenig Hitze 10 Minuten quellen lassen.

Milch und Mascarpone hinzufügen und alles gut durchrühren. Nach Belieben abschmecken.

Für die Spieße das Lammfilet in 12 gleich große Würfel (3 x 3 cm) schneiden und in

heißem Olivenöl kurz rundherum anrösten.

Kräuter hacken und hinzufügen. Paprikaschoten dünn schälen, entkernen und in kleine Stücke schneiden.

Zusammen mit der Butter zum Fleisch in die Pfanne geben.

Alles mit Salz und Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen.

Für die Kräuterbutter die Kräuter waschen, trockenschütteln, putzen und fein hacken.

Knoblauch schälen und fein reiben.

Butter einige Minuten mit dem Handrührgerät schlagen, sodass sie schön luftig wird. Senf, Knoblauch und Kräuter unterziehen und die Butter mit den Gewürzen sowie etwas Zucker abschmecken.

Für die Spieße den Ofen auf 160 °C vorheizen.

Die abgekühlten Paprika- und Fleischstücke abwechselnd mit den halbgetrockneten Tomaten auf die Spieße stecken.

Spieße auf einen Rost legen - mit einem Blech darunter - und im heißen Ofen in 5 Minuten heiß werden lassen.

Für die Soße und die Gemüsebeilage in der großen Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Lamm-Jus hinzufügen. Einmal aufkochen lassen, dann umfüllen und warmhalten.

Die aufgetauten Bohnen aus der Haut drücken.

In der noch mit Jus benetzten Pfanne die restlichen Paprikastücke, Tomaten und Ackerbohnen warm werden lassen, dabei immer wieder kräftig schwenken.

Die Polenta mittig auf Tellern verteilen und jeweils einen Spieß aufsetzen.

Mit dem Gemüse umlegen und mit Lamm-Jus beträufeln.

Die Kräuterbutter auf dem heißen Fleisch zerlaufen lassen.

Frank Buchholz am 18. April 2024