

Lammlachs mit Pistazien-Kruste, Brokkoli

Für 4 Portionen:

600 g Lammlachse	Salz, Pfeffer	2 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen	60 g Pistazienkerne	60 g Pecorino
3 EL Vollkorn-Paniermehl	1 EL weiche Meersalzbutter	0.25 TL Rosmarin
0.5 TL Thymian	800 g Brokkoli	2 EL Kapern
60 ml Gemüsebrühe	1 TL Zitronensaft	

Den Backofen auf 220°C vorheizen. Das Lammfleisch trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen, im erhitzten Öl rundherum in 2-3 Min. scharf anbraten, dann in eine ofenfeste Form legen. Den Knoblauch abziehen und fein schneiden. Die Pistazien grob hacken, den Pecorino reiben.

Beides mit der Hälfte des Knoblauchs sowie dem Paniermehl, der Butter und den Kräutern vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung auf dem Lamm verteilen, leicht andrücken und im Ofen in 8-10 Minuten überbacken.

Den Brokkoli waschen, putzen, in Röschen teilen, den Strunk schälen und in Stücke oder Scheiben schneiden. Brokkoli in kochendem Salzwasser in 3-4 Min. bissfest garen. Die Kapern hacken, mit dem restlichen Knoblauch, der Brühe und dem Zitronensaft erhitzen und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Brokkoli dazugeben und darin schwenken.

Das gratinierte Lammfleisch mit dem Zitronen-Brokkoli servieren.

Cornelia Poletto am 31. Oktober 2025