

Rosa gebratenes Lammkarrée unter der Kräuterhaube

Kategorie	Fleischgerichte
Geographisch	nördlich der Alpen
Rezept für	2 Personen
Schwierigkeit	Chefkoch
Zubereitung	45 Minuten

Dieses zarte Lammgericht ruft förmlich den Frühling auf den Tisch - wenn die Sonne scheint, brauchen Sie nur noch den Tisch liebevoll zu dekorieren und es kann losgehen mit dem Gaumenschmaus!



Mise en place

2 Stangen Frühlingszwiebel
80 g Paniermehl
80 g weiche Butter
1 TL Milerb-Rosmarin
1 TL Milerb-Knoblauch

Für die Beilagen:
100 g Radieschen

2 Kohlrabi

100 g grüner Spargel

1 Lammkarrée von ca. 600 g
2 EL Olivenöl

1 dl Rotwein
1 dl Lammfond oder Rindsbouillon
1/2 TL Milerb-Rosmarin
1 EL kalte Butter

Zubereitung

Die Frühlingszwiebel waschen, schälen und in kleinste Würfelchen schneiden.
Die Butter mit dem Milerb-Rosmarin und dem Milerb-Knoblauch mischen und das Paniermehl darunter ziehen. Die Frühlingszwiebelwürfelchen ebenfalls untermischen.

Das Gemüse waschen und rüsten, dann in ca. 3 mm schmale Stäbchen schneiden.
Die Hälfte der Stäbchen zu kleinen Würfelchen schneiden, beiseitestellen und mit ca. 3 EL der Würzpanade mischen.

Schälen Sie die Kohlrabi grosszügig und entfernen Sie den holzigen Ansatz.
Höhlen Sie mithilfe eines Ausstech-Löffels das Gemüse so aus, dass rundherum ca. 3 cm dicke Wände übrigbleiben.
Geben Sie die Kohlrabi für ca. 8 Minuten in kochendes, gesalzenes Wasser und garen Sie sie knackig. Dann abgiessen, kurz abschrecken, um den Garvorgang zu stoppen, danach das Gemüse warmhalten.

Den Spargel waschen, die Enden abschneiden.
Das Gemüse anschliessend über Dampf je nach Durchmesser ca. 5 Minuten knackig garen.

Den Ofen auf 180°C stellen. Das Fleisch salzen und pfeffern, im heissen Olivenöl von 10 - 12 Minuten im Ofen auf der mittleren Schiene braten. Anschliessend herausnehmen und in Alufolie wickeln.
Den Backofengrill auf 250°C einstellen.
Wenn die Hitze erreicht ist, zuerst die Kohlrabi mit der Panade füllen.
Jetzt das Fleisch aus der Folie nehmen und die Oberseite mit der restlichen Panade bestreichen, für 5 Minuten zusammen mit den Kohlrabi nochmals in den Ofen auf die mittlere Schiene geben.

Den Bratenfond in der Pfanne mit Rotwein und Lammfond oder Rindsbouillon ablöschen, sehr stark einreduzieren, Milerb-Rosmarin einrühren. Die kalte Butter einschwingen.

*3 EL Olivenöl extra virgine
Fleur de sel*

Zum Servieren das Lammkarrée mithilfe eines sehr scharfen Messers in Koteletts teilen. Zuerst die Rotweinsauce als Saucenspiegel in den Teller giessen. Das Gemüse und das Lammfleisch darauf anrichten. Die Spargeln mit dem Olivenöl beträufeln und mit wenig Fleur de Sel bestreuen.