

EDEKA
KOCHSCHULE



LECKER MIT LUTHER

LAMMLACHS IM KRÄUTERMANTEL

mit Chicorée in Gemüsebutter geschmort und Ricotta-Spinat-Nocken



Dirk Luther



MITTEL



ZUBEREITUNGSZEIT ca. 120 MIN.



4 PORTIONEN

LAMMLACHS IM KRÄUTERMANTEL

mit Chicorée in Gemüsebutter geschmort und Ricotta-Spinat-Nocken

ZUTATEN

RICOTTA-SPINAT-NOCKEN

200 g Babyspinat, gewaschen und trockengeschleudert
3 Schalotten, fein gewürfelt
2 Knoblauchzehen, fein gewürfelt
1/2 Bund Basilikum
150 g Toastbrot
250 g Ricotta
1 Ei
2 Eigelb
45 g Mehl
3 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer, Muskat
40 g frisch geriebener Parmesan plus
40 g zum Darüberhobeln

CHICORÉE

4 Chicorée
Saft von 2 Zitronen
2 EL Zucker
Salz und Pfeffer aus der Mühle
250 g kleine Gemüsewürfel aus Karotten, Lauch, Schalotten und Sellerie
40 g Butter
150 ml Geflügelfond
1 EL gehackte Petersilie

LAMMLACHS

4 Lammlachse à 160 g
(Gewürzmischung nach Belieben)
4 EL Olivenöl
2 Handvoll gehackte frische Kräuter, z. B. Petersilie, Estragon, Basilikum
Blätter von 4 Zweigen Thymian
Öl zum Braten
extrastarke Alufolie

Lammlachs



RICOTTA-SPINAT-NOCKEN Den Spinat in einer heißen Pfanne bei starker Hitze kurz zusammenfallen lassen. In ein Sieb geben, kalt abschrecken und gut ausdrücken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, Schalotten- und Knoblauchwürfel bei schwacher Hitze darin glasig anschwitzen. Spinat hinzufügen und 3 Minuten mit andünsten. Die Basilikumblätter in feine Streifen schneiden und zur Spinatmischung geben. Das Ganze nun mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und kalt stellen.

Vom Toastbrot die Rinde entfernen und das Brot in Würfel schneiden, in einem Mixer geben und zu Bröseln zerkleinern. Nun alle Zutaten außer dem Parmesan zum Darüberhobeln in eine Schüssel geben, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und 90 Minuten kalt stellen.

In einem breiten Topf reichlich gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Vom Teig mit einem in Wasser getauchten Esslöffel längliche Nocken abstechen, ins kochende Wasser geben und offen bei schwacher Hitze 10 bis 15 Minuten sieden lassen.

CHICORÉE Von den Chicorée die welken Blätter entfernen. In einem breiten Topf Wasser mit Zitronensaft, Zucker, Salz und Pfeffer aufkochen und die Chicorée einige Minuten darin kochen, anschließend in Eiswasser abschrecken, halbieren und die Strünke entfernen.

In einer Pfanne die Gemüsewürfel in der Butter andünsten. Die Chicoréehälften mit der Schnittfläche nach unten hineinsetzen und mit dem Fond übergießen. Nun das Ganze mit einem zugeschnittenen Stück Backpapier zudecken und ca. 20 bis 25 Minuten bei niedriger Temperatur auf dem Herd schmoren. Zwischendurch immer wieder mit der Flüssigkeit übergießen. Zum Schluss mit der Petersilie bestreuen.

LAMMLACHS Das Fleisch abbrausen, trockentupfen, von allen Seiten scharf anbraten und nach Belieben mit der Gewürzmischung würzen. Pro Stück Fleisch einen ausreichend großen Bogen extrastarke Alufolie mit Olivenöl bestreichen und mit der Hälfte der Kräuter belegen. Die Fleischstücke darauflegen und mit den übrigen Kräutern bedecken. Die Folie zusammenfallen und dicht verschließen. Nebeneinander auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Ofen bei 135 °C ca. 15 bis 18 Minuten garen. Das Fleisch sollte eine Kerntemperatur von 54 °C haben. Herausnehmen und 2 Minuten ruhen lassen, danach vorsichtig die Alufolie entfernen und das Fleisch in gleichmäßige Scheiben schneiden.

ANRICHTEN Die Nocken mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und auf vorgewärmten Tellern verteilen. Die Lammlachsscheiben und die Chicorée dekorativ dazulegen und mit der Gemüsebutter begießen. Mit gehobeltem Parmesan bestreuen.

★ PROFITIPP

Stellen Sie die Gewürzmischung selbst zusammen und machen Sie so Ihre Lammgerichte zu einem kulinarischen Highlight! Meine Empfehlung für die Zutaten finden Sie hier.

LAMM-GEWÜRZMISCHUNG:

2 EL Salz
2 EL zerstoßene schwarze Pfefferkörner
2 EL Knoblauchgranulat
1 TL Cayennepfeffer
1 TL Zwiebelgranulat
1 TL gemahlener Kümmel

2 TL Senfpulver
2 EL getrockneter Rosmarin
2 EL getrockneter Thymian
1 EL getrocknetes Bohnenkraut
1 EL getrockneter Estragon
1 EL getrockneter Majoran

