



16.02.2010

Frommes Lamm Von Thomas Kammeier

Lammschulter, sanft geschmort, Gemüse-Linsensud, Graupe, Djah Oftadeh

Rezept für 6 Personen

Lammschulter

- 1 Lammschulter ohne Knochen
- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 3 EL Paste aus getrockneten Tomaten
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Djah Oftadeh
- Olivenöl
- Rosmarin
- Thymian
- Lorbeerblatt
- Bindegarn

Die Schalotten und den Knoblauch in feine Würfel schneiden, in etwas Olivenöl glasig schwitzen, die Tomatenpaste zugeben, würzen. Die Lammschulter plattieren mit Salz, Pfeffer und Djah Oftadeh würzen. Innen mit der Paste einstreichen und zur einer Rolle wickeln, mit dem Bindegarn, wie einen Braten, fest binden. Die Schulter mit etwas Olivenöl und den Kräutern zusammen in einen Bratschlauch geben. Bei 70 °C ca. 18-22 Stunden langsam garen.

Gemüse-Linsensud

80 g Schalottenwürfel
80 g Knollenselleriewürfel
80 g Karottenwürfel
80 g Staudenselleriewürfel
1 Knoblauchzehe
20 ml Olivenöl
50 g Puy-Linsen
1 l Lammfond kräftig
Confierfond von der Schulter
Salz
schwarzer Pfeffer
Djah Oftadeh
Lorbeerblatt
Zitronensaft
geschnittene Petersilie

Die Gemüsewürfel in Olivenöl anschwitzen, etwas Farbe annehmen lassen, Linsen zugeben und mit den Fonds auffüllen. Leicht köcheln lassen, bis das Gemüse und die Linsen weich sind.

Graupen-Kräutersalat

20 g Perlgraupen
70 ml gesalzenes Wasser
Pfeffer
Zitronensaft
Petersilie, Schnittlauch, Basilikum
Salz
Olivenöl
Zitronensaft

Die Graupen in gesalzenem Wasser, bei geringer Hitze, leicht gewürzt mit Pfeffer und Zitronensaft, quellen lassen. Danach abkühlen lassen. Mit reichlich geschnittenen Kräutern vermengen, so dass ein lockerer Salat entsteht. Mit etwas Olivenöl, Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.