

Gebratenes Lammkarree

MIT SPARGEL UND CHAMPIGNONS



Vorbereitungszeit: ca. 30 Minuten

Garzeit: ca. 20 Minuten

Ruhezeit: ca. 4 Stunden

Utensilien: Brett, Messer, Herd, Topf, Backofen, Pfannen, Backpapier, Backblech, Sieb, Kartoffelstampfer, Reibe

Zubereitung:

1. Knoblauch schälen und grob hacken. Kräuter waschen, trocken schütteln und ebenfalls grob hacken. 60 ml Olivenöl, Knoblauch und Kräuter vermengen. Lamm kalt abspülen, trocken tupfen und mit der Kräutermischung marinieren. Lamm in der Marinade ca. 4 Stunden kalt stellen. Nach ca. 2 Stunden einmal wenden.

2. Lamm aus der Marinade nehmen und leicht abtropfen lassen. Etwas Marinade in einer Pfanne erhitzen und das Lamm darin von beiden Seiten ca. 6 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Anschließend in Alufolie wickeln und ca. 6 Minuten ruhen lassen.

3. In der Zwischenzeit Bratensatz mit Portwein ablöschen und reduzieren lassen. Mit Lammfond aufgießen und ca. 4 Minuten köcheln lassen. Butter unterrühren. Speisestärke mit etwas Wasser vermengen und die Soße damit binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten für 2 Personen:

1	Knoblauchzehe
2 Stiele	Thymian
2 Stiele	Rosmarin
100 ml	Olivenöl
400 g	Lammkarree
400 g	weißer Spargel
150 g	braune Champignons
100 ml	roter Portwein
1 EL	Butter
1 TL	Speisestärke
1 Stiel	Petersilie
	Salz, Pfeffer

Von Lacroix benötigen Sie:

200 ml	Lacroix Lammfond
--------	------------------

4. Spargel waschen, trocken tupfen, schälen und die holzigen Enden entfernen. Champignons putzen und vierteln. Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen und den Spargel und die Champignons ca. 4 Minuten scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie unterheben.

5. Lamm aufschneiden und mit Spargel, Champignons und Soße servieren.

Tipp: Guten und frischen Spargel erkennt man an einer geschlossenen Spitze und an einem gleichmäßigen Durchmesser. Außerdem sollte das Spargelende nicht ausgetrocknet sein.