

Lammkarree mit Rote Bete-Gemüse

 happy-mahlzeit.com/2019/11/03/lammkarree-mit-rote-bete-gemüse/

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Lammkarree, ca. 400g
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Rote Bete, gekocht
- 6 Scheiben Lardo/Speck
- 30g Kürbiskerne
- 2 Stiele Rosmarin
- 1 EL Senf
- 2 EL Paniermehl
- Parmesan
- Rucola
- Balsamico
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

2 Pfannen mit Olivenöl erhitzen. Geröstete Kürbiskerne zusammen mit ein paar Scheiben Lardo und 2 Rosmarinstielen im Olivenöl anbraten.

Das Lammkarree mit Salz und Pfeffer von allen Seiten kräftig würzen und in der 2. Pfanne anbraten.

Kürbiskerne, Lardo und Rosmarin aus der Pfanne nehmen, mit einem Messer auf einem Brett grob hacken. Die gehackten Kerne in eine Schüssel geben. Etwas Olivenöl und Paniermehl unterrühren und das Ganze mit 1 EL Senf binden.

Das Lammkarree einmal wenden und die Kürbiskernpaste mit einem Löffel auf der angebratenen Seite verteilen. Anschließend die (ofenfeste) Pfanne mit dem bestrichenen Lammkarree in den Ofen stellen.

Für das Rote Bete-Gemüse die gekochten Rote Beten in feine Würfel schneiden. Die Knoblauchzehe kleinschneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen und den Knoblauch hineingeben. Einige Blätter Rosmarin und die Rote Bete in den Topf geben. Eine Prise Salz und Pfeffer unterrühren. Das Ganze mit einem Schuß Balsamico ablöschen und etwas Olivenöl dazugeben.

Das Lamm aus dem Ofen nehmen und 2 Scheiben auf einem Teller anrichten. Das Rote Bete-Gemüse darüber geben. Nach Belieben etwas Parmesan darüber verteilen und etwas Rucolasalat dazu servieren.

Rezept: Steffen Henssler

Quelle: Topfgeldjäger vom 2.11.2011