

Andi und Alex am Sonntag

Rezept von Alexander Fankhauser

Lammschlegel auf Polenta mit Asia-Salaten

1 Stunde/leicht



Zutaten für 4 Personen

1 Lammschlegel (ca. 1,2 kg), 2 EL Senf, Salz, Pfeffer, Öl zum Braten, 3 Zweige Thymian, 2 Zweige Rosmarin, 4 Knoblauchzehen, 150 g Polenta, 400 ml Rindsuppe, 4 EL geriebener Parmesan, Salz, Pfeffer.

Diverse Asia-Salate, Himbeeressig, Walnussöl, Salz Pfeffer.

Zubereitung

Den Lammschlegel mit Senf einstreichen und mit Salz und Pfeffer gut würzen. In einem geräumigen Topf in etwas Öl rundum scharf anbraten.

Im Rohr bei 150 °C ca. 50 Minuten braten. Kurz vor Ende der Garzeit, Thymian, Rosmarin sowie die Knoblauchzehen zugeben. Aus dem Rohr nehmen und warm rasten lassen.

In einem Topf die Rindsuppe aufkochen. Polenta einrühren und weich dünsten. Mit Salz, Pfeffer und geriebenem Parmesan abschmecken.

Beim Servieren die Polenta auf einem großen Teller aufstreichen und den aufgeschnittenen Lammschlegel daraufsetzen.

Mit dem marinierten Salat vollenden.