

## Aufgetischt

Rezept von Markus Kuchner

### Geschmorte Bio-Lammstelze mit Ofengemüse und geräucherter Polenta



#### Zutaten für 4 Personen

Lammstelzen: 4 Lammstelzen, Salz, Pfeffer, Öl zum Anbraten, 1 EL Butter, 1 Zwiebel, je 80 g Karotten, Sellerie und Lauch, 1 EL Paradeismark, 3 Knoblauchzehen, 150 ml Rotwein, 2 Thymianzweige, 2 kl. Rosmarinzweige, 1 l Lamm-Fond oder Rindsuppe

Ofengemüse: Je 1 EL Öl und Butter, 3 Karotten, 1 gelbe Rübe, 1/2 Sellerie (geschält), 3 Stangensellerie, 2 Knoblauchzehen (angedrückt), Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker, 1 EL Paradeismark, 200 ml Rindsuppe, 1 Zweig Thymian, 2 Lorbeerblätter

Polenta: 600 ml kräftiger Selchfond, 300 ml Obers, 110 g Polenta, 8 Scheiben Räucherkäse (dünn geschnitten)

#### Zubereitung

Die Lammstelzen salzen, pfeffern und in heißem Öl auf allen Seiten kräftig anbraten. Stelzen herausnehmen, Fett abgießen, Butter aufschäumen und Wurzelwerk darin anrösten. Paradeismark einrühren, mit Rotwein ablöschen, Kräuter und Stelzen dazugeben und mit Fond begießen. Im Rohr zugedeckt bei 180° C ca. 2 Std. schmoren. Wenn sich das Fleisch leicht vom Knochen löst, aus der Sauce heben und warm stellen. Den Bratensaft durch ein feines Sieb seihen und nach Belieben leicht binden.

Für das Ofengemüse die Butter in heißem Öl aufschäumen. Das in 1–2 cm große Stücke geschnittene Gemüse samt dem Knoblauch anbraten und mit Salz, Pfeffer und ein wenig Zucker würzen. Das Paradeismark einrühren, mit Suppe aufgießen und Kräuter zufügen. Im 160° C heißen Rohr ca. 30 Min. weich schmoren und dabei 2–3-mal um rühren.

Für die Polenta den Selchfond und das Obers zusammen aufkochen. Die Polenta einrühren und bei schwacher Hitze zugedeckt aufquellen lassen. Die Maiskörner sollten keinen Biss mehr haben. Die Polenta auf den vorgewärmten Tellern mit dem Käse gratinieren. Stelze anrichten, mit Lammsauce übergießen und das Ofengemüse am Teller verteilen.