

**Frisch gekocht**  
**Dienstag, 22. März 2016**



**Rezept von Andreas Döllerer**

## **Tauernlammbauch BBQ**

**13 Stunden/ aufwendig**



### **Zutaten für 4 Personen**

1 fleischiger Lammbauch, Salz.

Für die Barbecue (BBQ)-Sauce: 250 g Cola, 150 g Ketchup, 8 ml Sojasauce, 2 ml Worcestersauce, 4 g Honig, 6 weiße Pfefferkörner, 1 Lorbeerblatt, 2 Wacholderbeeren, 1 Knoblauchzehe (klein geschnitten), 1 Schalotte (klein geschnitten), 3 Champignons klein geschnitten, 1 Rosmarinweig, 2 Thymianzweige, 1 Spritzer Limettensaft, wenig Cayennepfeffer, einige Tropfen Räucheröl.

Für die eingelegten Kirschtomaten: 4 rote Kirschtomaten, 250 ml klarer Tomatenfond, 45 ml Riesling Essig, 7 g Zucker, 4 g Salz.

Für den Gremolata-Tomatenfond: 150 ml Tomaten-Einlegesud, wenig Xantana, 1 TL Schalotten (fein gehackt), 1 TL Petersilie (fein gehackt), fein geriebene Schale von 1/2 Zitrone (unbehandelt), wenig fein gehackter Knoblauch.

Für den Mais: 1 Maiskolben, 120 ml Rindssuppe, 10 g Honig, 1 kleines Stück Chilischote, 1 Spritzer Riesling-Essig, Salz.

Außerdem: Zitronenthymian, Kapuzinerkresse-Blätter.

### **Zubereitung**

Für die BBQ-Sauce Cola auf 100 ml einkochen lassen. Schalotten, Knoblauch und Champignons in Öl anschwitzen, mit Cola ablöschen. Die restlichen Zutaten dazugeben. Die Sauce etwas einkochen, abschmecken und auskühlen lassen.

Den Lammbauch mit reichlich BBQ-Sauce einreiben und vakuumieren. Den Dampfgarer auf 80 °C vorheizen und den Bauch darin 10 Stunden garen. Anschließend den Bauch aus dem Beutel nehmen und auskühlen lassen. Lammbauch in Stücke schneiden, leicht salzen und im Rohr bei 100 °C kurz erwärmen.

Die Kirschtomaten kurz blanchieren und in eiskaltem Wasser abschrecken, die Haut abziehen. Tomatenfond, Riesling-Essig, Salz und Zucker verrühren, aufkochen lassen und die Tomaten darin einlegen.

Für den Gremolata-Tomatenfond den Einlegesud der Kirschtomaten mit etwas Xantana binden. Schalotte, Petersilie, Zitronenschale und Knoblauch kurz vor dem Servieren dazurühren.

Für den Mais Rindssuppe, Honig und Essig vermengen, mit Salz und Chili abschmecken. Den Maiskolben in einen Vakuumbbeutel geben und den Sud dazu gießen. Vakuumieren und bei 90 °C 10 Minuten dämpfen. Anschließend auskühlen lassen. Danach den Maiskolben aus dem Beutel nehmen und abflämmen. Zum Schluss in kleine Segmente teilen.

Den Lammbauch mit Tomaten und Mais anrichten, mit Gremolata-Tomatenfond übergießen, mit Zitronenthymian und Kapuzinerkresse dekorieren.