Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Foto: ORF



Lammkronen mediterrane Art mit Tzaziki

Koch: Stefan Puck, Gastwirt und Küchenchef
Lokal: Landgasthof Puck in Zollfeld in der Gemeinde Maria Saal

Zutaten:

Lamm und Gemüse

- ca. 400 g Lammkrone
- laut Notiz: 4 Koteletts pro Person
- einige Streifen Zucchini
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Zitronenspalten
- einige Cocktailtomaten
- 10 Babykartoffeln
- Olivenöl
- Butter
- Salz und Pfeffer
- Thymian, Zitronenthymian, Rosmarin und/oder Salbei
- etwas Bouillon und/oder Kalbsfond
- etwas Limettenzeste zum Garnieren

Tzatziki

- ½ Salatgurke, gerieben und gut ausgedrückt
- 150 g griechisches Joghurt
- 1 Knoblauchzehe, zerdrückt
- Einige Tropfen Zitronensaft

Zubereitung:

1. Tzatziki

Die Gurke reiben und in einem Tuch gut ausdrücken. Mit griechischem Joghurt, Knoblauch und einigen Tropfen Zitronensaft verrühren. Mit Salz abschmecken, falls gewünscht, und bis zum Servieren kühl stellen.

2. Gemüse vorbereiten
Zucchini und Schalotten schneiden, den Knoblauch zerdrücken und die Zitrone filetieren. Die Babykartoffeln je nach Größe und Garzustand gegebenenfalls vorgaren.

3. Lamm und Gemüse braten
Die Lammkronen zuputzen und in Koteletts schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl und Butter in einer Pfanne erhitzen. Schalotten, Zucchini und Knoblauch darin anschwitzen, bis sie Farbe annehmen. Die Lammkoteletts in der heißen Pfanne von beiden Seiten anbraten. Thymian, Rosmarin und/oder Salbei sowie die Zitronenfilets hinzufügen.
Alternativ kann die Lammkrone im Ganzen angebraten und anschließend bei **160 °C** für etwa **8 Minuten** im Ofen fertig gegart werden.

4. Jus zubereiten und anrichten
Die Lammkoteletts aus der Pfanne nehmen und in Alufolie rasten lassen. Babykartoffeln und Cocktailtomaten in die Pfanne geben. Mit etwas Bouillon und/oder Kalbsfond aufgießen und kurz köcheln lassen. Mit etwas Butter montieren, bis ein schöner Jus entsteht.
Lamm und Gemüse anrichten, mit dem Jus beträufeln und mit ein paar Tropfen Olivenöl sowie Limettenzeste garnieren. Das Tzatziki dazu servieren.