

Schmeckt perfekt



Rezept von Heinz Reitbauer

Geschmorte Lammschulter, Gremolata, Polentaschnitte

aufwendig



Zutaten für 4 Personen

1 Milchlammschulter ausgelöst ca. 800g, 2 Zweige Rosmarin, 2 Zweige Thymian, 6 Schalotten, 3 EL Lammgewürz*, Butter, 2 Zehen Knoblauch, 16 Baby Karotten

Für die Gremolata: 2 EL Butter, Salz, Pfeffer schwarz, 6 Schalotten, 4 Zehen Knoblauch, 1 Bund Petersilie (100g), 1 unbehandelte Zitrone, 500g Erbsen (in der Schale)

Für die weiße Polentaschnitte: 500ml Milch, 85g weißer Polenta, Salz, Muskatnuss, 1 Zweig Thymian, 1 EL weißer Polenta, Olivenöl.

Zubereitung

Schalotten und Knoblauch schälen. Karotten schälen und je nach Größe halbieren oder im Ganzen lassen. Die Schulter mit Lammgewürz einreiben, einrollen und mit Küchengarn festbinden. In einem flachen Bräter in Butter von allen Seiten anbraten. Eventuell vorhandene Fleischabschnitte und Knochen zugeben und mitrösten. Knoblauchzehen, Schalotten, Rosmarin und Thymian dazugeben und etwas Wasser angießen. Die Stelze bei 160°C ca.1 Stunde im Rohr schmoren, immer wieder mit dem eigenen Saft übergießen und drehen, bis sie schön weich ist und Farbe angenommen hat. In den letzten 30min. die Karotten dazugeben und mitschmoren, Schmorsaft abseihen und gut abschmecken.

Für die Gremolata Schalotten und Knoblauch schälen. Zitrone mit einem Sparschäler schälen. Schalotten, Knoblauch, Zitronenschale fein hacken in Butter kurz anschwitzen. Erbsen für eine Minute in Salzwasser über kochen und in Eiswasser abschrecken. Mit geschnittener Petersilie, Salz und Pfeffer zur Gremolata geben. Die Gremolata unmittelbar vor dem Servieren über die dampfende Stelze geben.

Für die Polenta Milch aufkochen, Thymianzweig darin ca. 5 Minuten ziehen lassen. Mit Salz und Muskatnuss würzen. Zweig herausfischen und den Polenta einrieseln lassen unter ständigem Rühren mit einem Kochlöffel 5 Minuten kochen lassen. Ein 30x12cm großes Blech mit Öl auspinseln und mit Folie auslegen. Polentamasse einfüllen und glatt streichen. 3-4 Stunden auskühlen, in Schnitten schneiden und in Polentagrieß wälzen. Die Schnitten in einer beschichteten Pfanne in Olivenöl goldbraun braten.

Die Lammschulter aufschneiden, die Gremolata auf dem Fleisch verteilen und mit Schalotten, Karotten und Polentaschnitten anrichten. Mit etwas Schmorsaft übergießen.

*Lammgewürz:

Zutaten: 4 TL Chilliflocken, 10 TL Koriander, 6TL Szechuanpfeffer, 3 TL Paprikapulver, 12 TL Oregano, 6 TL Rosmarin, 5 TL Senfkörner, 1 kg Meersalz / fein

Zubereitung: Chiliflocken, Koriander, Senfkörner, Pfeffer, Oregano und Rosmarin in einem Mörser oder Küchencutter fein zerkleinern oder auf einem Brett mit einem schweren Topfboden fein zerdrücken. Die Gewürzmischung mit dem Paprikapulver und dem groben Meersalz mischen, in saubere, trockene Gläser füllen und fest verschließen. Hält verschlossen 3 Monate.

Variante: Statt weißen Polenta, gelben Polenta verwenden.

Statt Schulter kann man auch eine Stelze verwenden - Gardauer ca. 2 Stunden.