

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Lamm-Roastbeef mit Rübensalat, karamellisierten Nüssen & Lavendel

Koch: Stefan Eder

Zutaten

(4 Personen)

Für das Lamm-Roastbeef

- 160 g Lamm-Nuss
- 1 Thymianzweig
- 1 Rosmarinzweig
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl zum Anbraten
- ¼ L Gemüse- oder Hühnerbrühe

Für den Rübensalat

- 2 Äpfel
- ½ Sellerieknolle
- 1 Rote Rübe (gekocht)
- Saft einer ½ Zitrone
- 50 g Mayonnaise
- 60 g Sauerrahm
- Salz
- Pfeffer

Quelle: ORF extra

Für die karamellisierten Walnüsse

- 100 g Walnüsse
- 50 g Zucker

Für die Garnitur

- Salatblätter (z.B. Frisée, Rucola)
- frische Kräuter (z.B. Kerbel, Blutampfer)
- Lavendel-Salz

Zubereitung

- 1.** Zuerst das Lamm mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend in einer Pfanne in Olivenöl scharf anbraten, sodass Röstaromen entstehen. Den Rosmarin- und den Thymianzweig in die Pfanne geben und mitrösten und inzwischen das Rohr auf 80° C Ober-Unterhitze vorheizen.
- 2.** Nun das Lamm aus der Pfanne nehmen, auf ein Ofengitter legen und das Gitter mit dem Lamm ins Rohr stellen. Den Bratrückstand mit dem Gemüsefond ablöschen, kurz einkochen lassen und beiseitestellen – das gibt später ein gutes Saftl. Das Lamm nach etwa 5 Stunden aus dem Rohr nehmen und in dünne Scheiben schneiden.
- 3.** Für den Rübensalat zuerst die Mayonnaise mit dem Sauerrahm in einer Schüssel glattrühren. Den Sellerie, die Äpfel und die gekochte Rote Rübe schälen, in ganz feine Streifen schneiden und mit der Mayonnaise-Sauerrahm-Mischung vermengen. Dann mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
- 4.** Für die karamellisierten Walnüsse den Zucker goldgelb in einer Pfanne karamellisieren lassen, die Walnüsse in das Karamell geben, vorsichtig umrühren und auf einem Packpapier verteilen. Auskühlen lassen und mit einem Messer grob hacken.
- 5.** Zum Schluss den Rübensalat mittig auf einem flachen Teller anrichten, die Lamm-Roastbeef-Scheiben darauflegen und die karamellisierten Walnüsse und etwas Lavendel-Salz darüberstreuen. Den Rübensalat mit Salatblättern und frischen Kräutern garnieren und etwas von dem entstandenen Saftl darüber geben. Servieren und genießen.