

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Lammrücken an Harissa mit Bärlauch-Öl und Romanasalat mit Buttermilchdressing

Koch: Manuel Liepert

Zutaten

(für 4 Personen)

Für den Lammrücken

- 1 Lammrücken
- 1 Schalotte
- Sonnenblumenöl zum Anbraten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Thymianzweig
- 2 EL bunte Pfefferkörner
- Salz
- 2 EL Butter
- 40 ml Portwein
- 100 ml Kalbs- oder Lammfond

Für das Buttermilchdressing

- 2 Eidotter
- 1 Knoblauchzehe
- 15 ml Zitronensaft
- ½ TL Dijonsenf
- 300 ml Rapsöl
- 240 ml Buttermilch
- 5 g Salz

Quelle: ORF extra

- Pfeffer

Für die Harissa

- 4 rote Paprika
- Olivenöl zum Beträufeln
- Salz
- 3 rote Peperoncini
- 2 Knoblauchzehen
- 70 ml Olivenöl
- 1 TL Kreuzkümmel (gemahlen)
- Salz

Für das Paprika-Öl

- getrocknete Paprikahaut
- 3 EL Sonnenblumenöl oder Olivenöl

Für das Bärlauch-Öl

- 300 ml Sonnenblumenöl oder Olivenöl
- 100 g Bärlauch

Für die Beilage

- 4 Romanasalatherzen

Zubereitung

1. Für das Buttermilchdressing die Eidotter gemeinsam mit dem Knoblauch, dem Zitronensaft und dem Dijonsenf in ein hohes Gefäß geben und mit einem Stabmixer mixen. Das Rapsöl unter ständigem Mixen in einem feinen Strahl hinzugeben und weiter mixen, bis die Masse vollständig emulgiert ist. Dann die Buttermilch vorsichtig hinzufügen und das Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2. Für die Harissa die Paprika halbieren, das Kerngehäuse entfernen, mit Salz würzen und mit etwas Olivenöl beträufeln. Dann die Paprika auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und bei 160° C Umluft 50 Minuten im Rohr schmoren lassen. Anschließend etwas abkühlen lassen, die Haut abziehen und für das Paprika-Öl beiseitelegen.

3. Die Peperoncini halbieren, entkernen und 3 bis 4-mal in einem Topf in kochendem Wasser blanchieren, damit die Schärfe etwas nachlässt.

4. Dann die Knoblauchzehen in feine Würfel schneiden und in einer Pfanne in 70 ml Olivenöl etwas anschwitzen. Die geschmorten Paprika und die Peperoncini zugeben und mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel abschmecken. Alles in einem Standmixer sehr fein pürieren und die Harissa nach Bedarf nochmals abschmecken.

5. Für das Paprika-Öl die abgezogene Paprikahaut auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech legen und im Rohr bei 60° C Umluft trocknen lassen. Die getrocknete Paprikahaut anschließend im Mörser pulverisieren und mit dem Sonnenblumenöl glattrühren.
6. Für das Bärlauch-Öl das Sonnenblumenöl in einem Topf auf 60-70° C erwärmen. Den Bärlauch grob zerkleinern und in einen Standmixer geben. Das erwärmte Sonnenblumenöl dazugeben und mixen. Das fertige Bärlauch-Öl durch ein feines Sieb gießen und rasch auf etwas Eis abkühlen.
7. Für das Lamm den Lammrücken mit Salz würzen. Dann in einer Pfanne in etwas Olivenöl bei hoher Hitze von allen Seiten gut anbraten und im auf 120° C Umluft vorgeheizten Rohr 8-12 Minuten garen, bis eine Kerntemperatur von etwa 43° C erreicht ist. Das Lamm aus dem Rohr nehmen und 3-5 Minuten ruhen lassen.
8. Dann das vorgegarte Lamm in einer Pfanne zusammen mit der Butter, den fein würfelig geschnittenen Schalotten, dem gehackten Knoblauch, dem Thymianzweig und den Pfefferkörnern fertig braten (Kerntemperatur 52° C). Dabei immer wieder mit dem entstehenden Bratensaft übergießen. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen, mit dem Portwein ablöschen, kurz reduzieren lassen, mit dem Fond aufgießen und erneut auf die gewünschte Konsistenz reduzieren lassen.
9. Zum Schluss den Lammrücken mit etwas Paprika-Öl bestreichen, in dünne Tranchen schneiden und auf einem flachen Teller anrichten. Die Romanasalatherzen zupfen, waschen, trocknen und dazulegen. Alles mit dem Buttermilchdressing marinieren und mit etwas Harissa, Bratensaft und Bärlauch-Öl beträufeln.