

**▪ Die Küchenschlacht – Menü am 21. Juli 2025  
Leibgericht mit Björn Freitag**



**Anna Müller**

**Gebratener Lammrücken mit Minz-Petersilien-Vinaigrette, Sellerie-Apfel-Stampf und grünen Bohnen**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für das Lamm:**

2 Lammlachse/ausgelöster Lammrücken à 200 g  
1 Knoblauchzehe  
1 TL Butter  
Olivenöl, zum Braten  
2 Zweige Rosmarin  
1 Zweig Thymian  
Salz, aus der Mühle  
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 100-120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Fleisch ca. 30 Minuten vor dem Braten aus dem Kühlschrank nehmen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch mit Rosmarin, Thymian und einer angedrückten Knoblauchzehe von allen Seiten ca. 2-3 Minuten pro Seite scharf anbraten. Hitze reduzieren, Butter hinzugeben und das Fleisch damit arrosieren. Anschließend das Fleisch im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 56 Grad weitergaren.

**Für das Sellerie-Apfel-Püree:**

250 g Knollensellerie  
1 kleine mehligkochende Kartoffel  
1 süß-säuerlicher Apfel, z.B. Boskoop  
80 ml Sahne  
1 EL Butter  
1,5 Liter Gemüsefond  
Muskatnuss, zum Reiben  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Sellerie und Kartoffel schälen. Apfel schälen und entkernen. Alles würfeln und in Gemüsefond ca. 15-20 Minuten weichkochen. Anschließend abgießen. Sahne und Butter erwärmen und zum Gemüse und Apfel geben. Fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

**Für die grünen Bohnen:**

200 g grüne Bohnen  
1 kleine Schalotte  
1 TL Butter  
1 TL Olivenöl  
4 Halme Schnittlauch  
Salz, aus der Mühle

Schalotte abziehen und fein würfeln. Bohnen putzen und in Salzwasser für 6-8 Minuten blanchieren. Anschließend eiskalt abschrecken. Gut abtropfen lassen und in Butter und Öl zusammen mit den Schalottenwürfeln kurz schwenken. Anschließend Bohnen zu kleinen Bündeln mit Schnittlauch umwickeln.

**Für die Vinaigrette:**

1 TL mittelscharfer Senf  
1 TL flüssiger Honig  
2 EL Apfelessig  
3 EL Olivenöl  
1 Bund Minze  
1 Bund glatte Petersilie  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kräuter fein hacken. Aus den restlichen Zutaten eine Vinaigrette zusammenrühren und mit den Kräutern vermengen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.