▪ Die Küchenschlacht – Menü am 19. August 2020 ▪
Tagesmotto „Bohnen“ mit Mario Kotaska

Ursula Lützenkirchen

Bohnencreme mit Bohnenkraut-Pesto und Lamm

Zutaten für zwei Personen

Für das Bohnenmus:
1 Dose weiße Bohnen à ca. 240 g
1 Knoblauchzehe
1 Zwiebel
1 Zitrone (Saft & Abrieb)
4 Zweige Thymian
1 EL weißes Mandelmus
2 EL gehackte Mandeln
180 ml Gemüsefond
2 EL Olivenöl
Cumin
Ras el Hanout
Chili, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Ofen auf 150 Grad Heißluft vorheizen.

Knoblauch und die Zwiebel abziehen und würfeln. In einem Topf mit Olivenöl anbraten. Bohnen abtropfen lassen, dazugeben und mit Gemüsefond ablöschen. Ein paar Bohnen für die Garnitur bei Seite legen.

Das Ganze zehn Minuten köcheln lassen. In ein hohes Gefäß füllen und mit Zitronensaft, Zitronenabrieb, Mandelmus, Cumin, Ras el Hanout, Salz, Pfeffer, Chili und Thymianblättchen abschmecken und mit einem Mixstab fein pürieren. Gehackte Mandeln über dem Mus verteilen.

Für das Bohnenkraut-Pesto:
25 g Bohnenkraut
25 g glatte Petersilie
1 Knoblauchzehe
1 Zitrone (Saft & Abrieb)
25 g Pinienkerne
20 ml Gemüsefond
50 ml Olivenöl
Chili, aus der Mühle
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Bohnenkraut und Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Die Blätter vom Bohnenkraut abzupfen und die Stiele von der Petersilie entfernen. Knoblauchzehe abziehen und hacken. Alles zusammen mit Pinienkernen, Olivenöl, Zitronensaft- und Abrieb und Gemüsefond zu einer Paste pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.

Für das Lamm:
2 Lammlachse à ca. 350 g
1 Knoblauchzehe
1 Zweig Rosmarin
1 Zweig Thymian
2 EL Antep Ezmesi
2 EL Butterschmalz
1 EL Butter
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und hacken. Rosmarin und Thymian abbrausen und trockenwedeln. Lamm salzen und pfeffern und in Butterschmalz mit Knoblauch, Rosmarin und Thymian scharf anbraten und im vorgeheiztem Ofen fertiggaren.

In der Pfanne die Butter mit der Gewürzpaste verrühren und Lamm damit lasieren.

Teller erwärmen. Das Bohnenmus auf den Teller streichen und die aufgehobenen Bohnen darauf verteilen. Lamm in schräge Tranchen schneiden und auf das Mus legen. Pesto darum herum träufeln und mit Thymian und Bohnenkrautblättchen garnieren und servieren.