

▪ Die Küchenschlacht - Menü am 25. Juni 2020 - ChampionsWeek ▪
Warenkorb „Lammrücken, Polenta (Instant), Artischocken“ mit Nelson Müller



Wilfried Neudecker

**Gratinierter Lammlachs mit Thymian-Minz-Jus,
Olivenpolenta, Artischocken und Orangen-Zwiebel-
Carpaccio**

Zutaten für zwei Personen

Für das Fleisch und Jus:

300 g Lammlachs
4 Schalotten
3 Knoblauchzehen
1 Zitrone
50 g Parmesan
100 ml Sahne
150 g Butter
1 TL Dijonsenf
2 EL Olivenöl
120 ml Rinderfond
200 ml Rotwein
1 Bund glatte Petersilie
4 Zweige Rosmarin
3 Zweige Minze
4 Zweige Thymian
1 EL Stärke
Zucker, zum Karamellisieren
1 Lorbeerblatt
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen. Kräuter abbrausen und trockenwedeln, Blättchen bzw. Nadeln fein hacken. Schalotten und Knoblauch abziehen und feinhacken. Oliven schälen und fein hacken. Parmesan reiben. Butter und geriebener Parmesan mit den Kräutern verkneten und mit Salz und Pfeffer würzen.
Fleisch von Sehnen und Häutchen befreien, mit Salz und Pfeffer würzen. In der Pfanne im heißen Öl rundherum 2-4 Minuten braun anbraten. In eine feuerfeste Form legen, mit dem Senf bestreichen und die Kräuter darauf verteilen. Parmesan reiben und drüber verteilen. Lamm offen im Ofen auf unterster Schiene 12-15 Minuten fertig garen.
Aus der Bratpfanne Öl abschütten und etwas Butter dazu geben. Gewürfelte Schalotten und Knoblauch darin anschwitzen, mit Zucker karamellisieren und Lorbeerblatt zugeben. Thymian kurz mitbraten, etwas Rotwein, Sahne und Dijonsenf zugeben und reduzieren lassen.
Mit Rinderfond ablöschen und ebenfalls reduzieren.
Lorbeerblatt entfernen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit etwas Stärke binden.
Frische Minze abbrausen, trockenwedeln, kleinschneiden und mit gezupften Thymianblättchen zum Jus geben.
Final mit kalter Butter montieren.

Für die Polenta:

50 g instant Polenta
10 Kalamata-Oliven
30 g Parmesan
100 ml Milch
100 ml Sahne
1 EL Butter
100 ml Geflügelfond
1 Zweig Rosmarin
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Oliven in Scheiben schneiden. Geflügelfond und Milch mit Rosmarin aufkochen und den Maisgrieß mit dem Schneebesen unter Rühren ein rieseln lassen. Oliven dazugeben. Parmesan reiben. Butter sowie Parmesan dazugeben und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Mit etwas Sahne verfeinern.

Für die Artischocken: Zitrone halbieren und Saft auspressen. Mit Wasser vermischen. Bei den Artischocken den Stiel ca. 8 cm stehen lassen.
1 Artischocke
3 Knoblauchzehen
1 Zitrone
1 EL Butter
4 cl Ouzo
100 ml Weißwein
2 Zweige Thymian
1 Zweig Rosmarin
Olivenöl, zum Braten

Gemüse oberhalb des Bodens anschneiden, grobe äußere Blätter entfernen, Stiele abschälen, Stroh entfernen.
Sofort in etwas Zitronenwasser vorgaren. Artischocke halbieren, mit einem Zweig Rosmarin und Thymian in Olivenöl anschwitzen.
Knoblauchzehen in Scheiben schneiden und zugeben, mit Weißwein und Ouzo ablöschen und reduzieren.
Mit etwas Butter aromatisieren und auf dem Teller Zitronenzesten darüber geben. Je eine Olive zu den Artischocken geben.

Für das Carpaccio: Orange mit dem Messer schälen, in dünne Scheiben schneiden und auf einen Teller legen. Rote Zwiebel abziehen, fein würfeln und reichlich auf die Orangenscheiben streuen. Mit etwas Olivenöl benetzen und mit Pfeffer übermahlen.
1 kleine rote Zwiebel
1 Orange
100 ml Olivenöl
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.